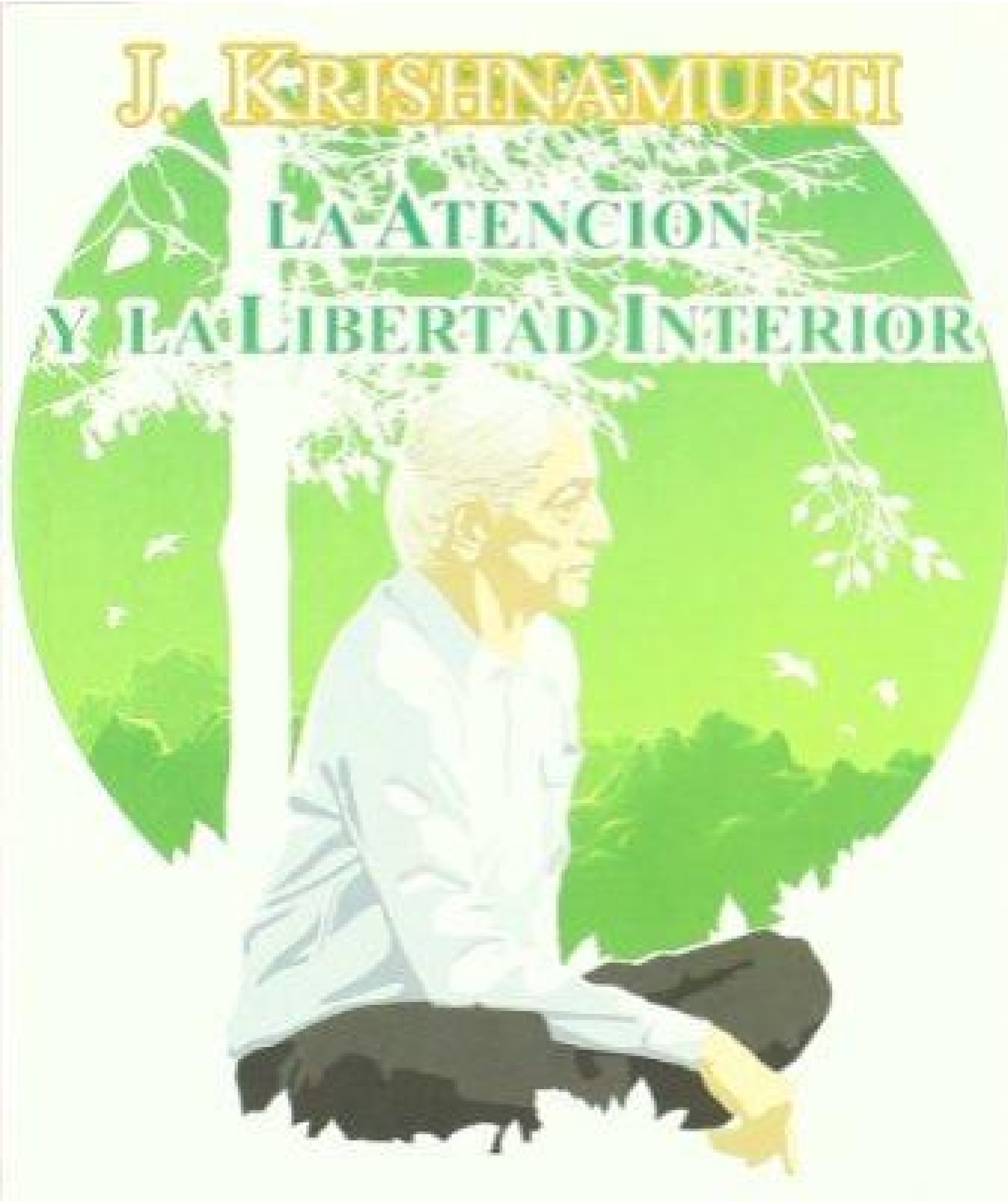


Serie: El ser humano y su naturaleza

E.L.A.

Ediciones Librería Argentina

La atención

y

la libertad interior

Jiddu Krishnamurti



Ediciones Librería Argentina
Andrés Mellado, 46
Tel 91 5434781
28015 Madrid
www.libreriaargentina.com

Índice



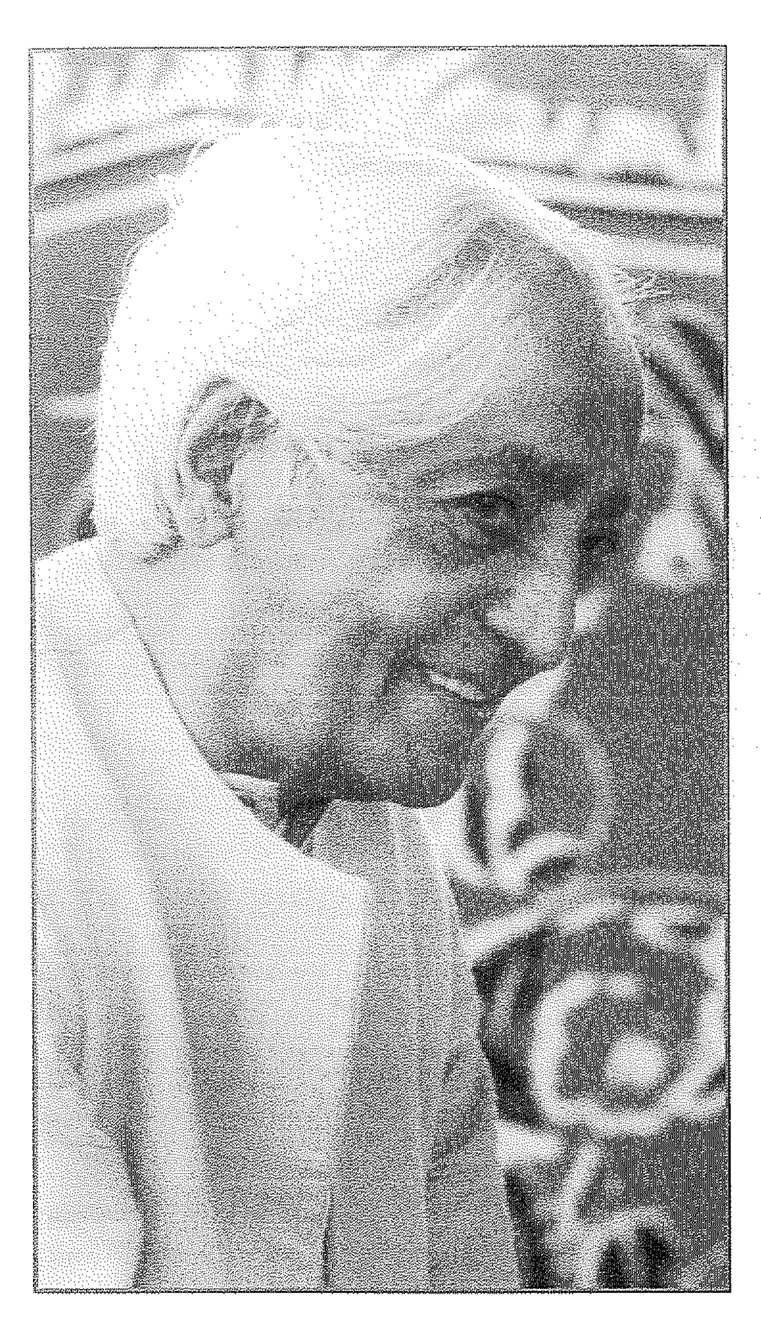
Breve biografía de Jiddu Krishnamurti 7

La atención

Introducción de Evelyne Blau 11
Ojai 1982 13
Conversación con Huston Smith 17
Ojai 1985 25
Brockwood 1979 29
Saanen 1984 32
Ojai 1984 33
Cuarta conversación con Allan W. Anderson 35
Ojai, sexta charla pública, 17 de mayo de 1981 37
Brockwood Park, 29 de agosto de 1978 43

La libertad interior

Introducción de Evelyne Blau 63
Ojai, sexta charla pública, 1982 65
Anderson, 1974 69
Ojai, primera charla pública, 1985 75
Anderson, 1974 79
Ojai, Preguntas y respuestas, 1982 83
Anderson, 1974 85



Jiddu Krishnamurti

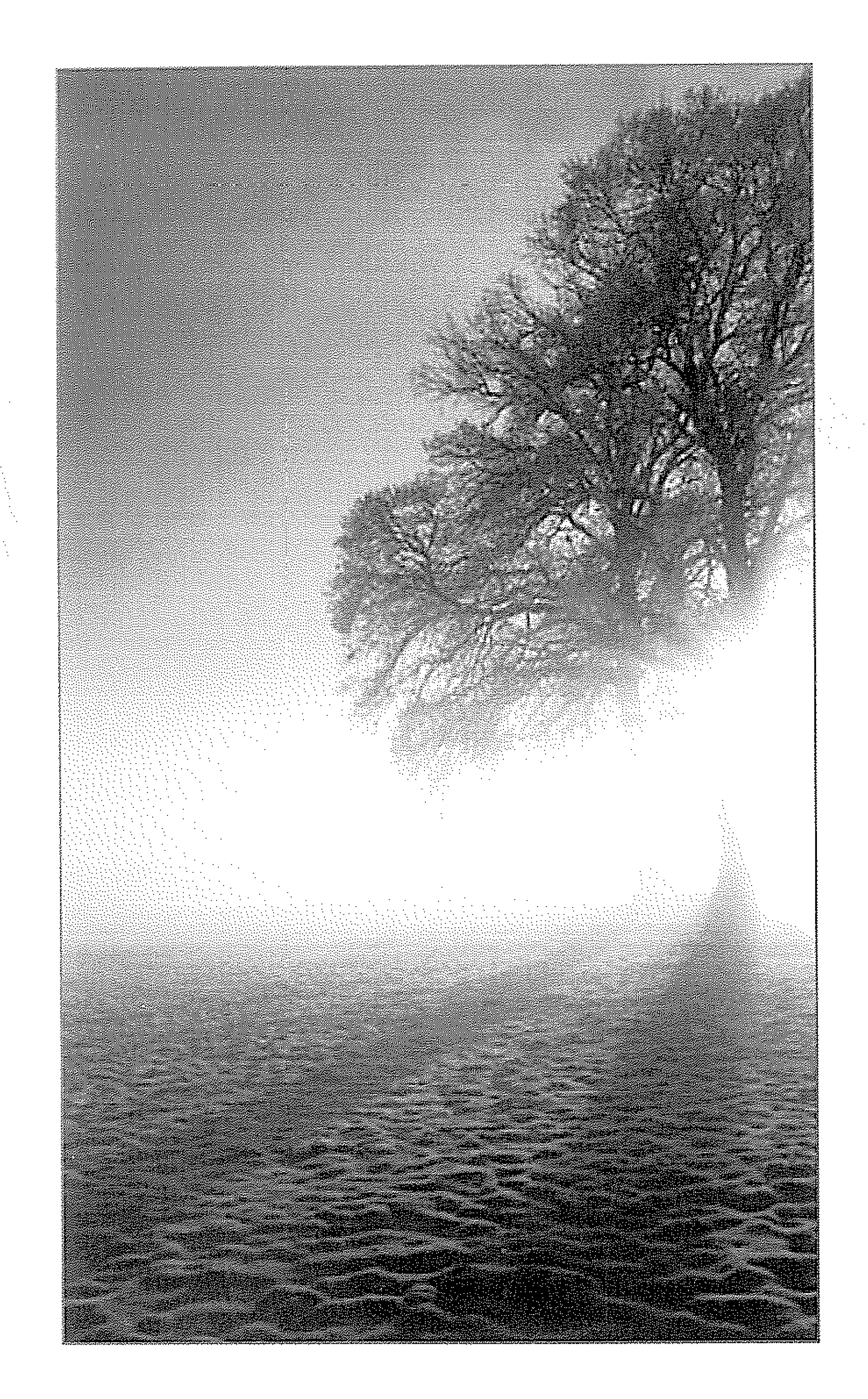
Jiddu Krishnamurti es considerado como uno de los grandes maestros espirituales que más influencia ha tenido en el mundo en los últimos años.

Nació en Madanapalle, al sur de la India, el 12 de mayo de 1895 y murió el 17 de febrero de 1986 en Ojai, California, Estados Unidos de América. Educado por la Sociedad Teosófica, renunció el 2 de agosto de 1929 en Ommen a dicha Sociedad tras el discurso de disolución de la Orden de la Estrella afirmando que: "La verdad es una tierra sin caminos".

A partir de esta renuncia comenzó su propio camino de difusión de lo que se conoce como sus Enseñanzas. Dedicó su vida a dar conferencias por todo el mundo y mantuvo diálogos con renombrados científicos, líderes religiosos, políticos, psiquiatras, educadores y gente común de la calle. Entre ellos podemos nombrar a Jawaharlal Nehru, Leopoldo Stokowski, Aldous Huxley, Bernard Shaw, el Dalai Lama, David Bohm, Maurice Wilkins.

Krishnamurti fue muy claro cuando dijo que no era un gurú (deploraba la relación discípulo-gurú), ni el líder de una organización religiosa. Su propósito era liberarnos de todo cuanto nos impide descubrir la verdad por nosotros mismos. Krishnamurti mostraba la importancia de comprender, no de buscar consuelo. Urgía a sus oyentes a que fueran maestros de sí mismos, promoviendo una actitud de auto-descubrimiento de los conflictos de la mente y la conciencia. Una filosofía que tiene como finalidad terminar con la violencia y el sufrimiento, mediante la trasformación psicológica que abre las puertas a la verdad, al amor y a lo inconmensurable.

La atención



¿Qué significa darse cuenta, estar profunda y plenamente vivo cada momento?

La mayoría somos muy conscientes de qué nos gusta y qué nos disgusta; vemos entre lo uno y lo otro una clara diferencia.

Pero; ¿Es posible darse cuenta simplemente, dejar atrás el agrado y el desagrado y simplemente ver las cosas como son?

A ese darse cuenta que va mucho más allá del carácter concreto de aquello en lo que nos concentramos, Krishnamurti lo llama **darse cuenta sin elección**.

"Cuando en uno hay claridad - decía - *no hay necesidad alguna de elegir".*

Es un tema que abordó una y otra vez a lo largo de su vida.

Escuchémosle hablar sobre el darse cuenta sin elección.

¿Qué significa para usted este paisaje maravilloso, la belleza de este lugar?

¿Cómo lo mira? ¿Lo observa dándose cuenta de él sin ninguna elección, sin ningún deseo, observa sencillamente la exquisita hermosura de la tierra?

¿O acaso siempre que nos damos cuenta de algo implícitamente elegimos: prefiero este paisaje a aquel, este valle a otros valles, lo cual significa que siempre interviene el recuerdo, la elección?

¿Puede uno darse cuenta sin elegir en absoluto?

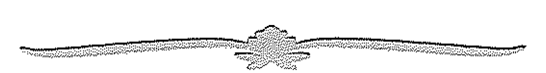
¿Puede simplemente darse cuenta de la extraordinaria presencia de ese cielo azul que se vislumbra entre las hojas y fluir con todo ello, sin ninguna división entre dentro y fuera, como el ir y venir de las olas?

Ese es un darse cuenta del mundo que nos rodea y también de nuestro más profundo mundo interior, tanto consciente como inconsciente; pues cuando uno de verdad se da cuenta, cuando es intensamente consciente, no queda ningún retazo de movimiento inconsciente oculto.

No sé si lo ve usted en sí mismo, si ha ido observándolo en vez de limitarse a escuchar una retahila de palabras. Así pues, darse cuenta es este movimiento en que confluyen lo exterior y lo interior, y es descubrir por uno mismo si existe división entre fuera y dentro.

¿Qué significa concentrarse: en un página, en un cuadro, concentrar toda la energía en un punto concreto?





En la concentración existe necesariamente el que trata de concentrarse, lo cual conlleva esfuerzo y control y existen por tanto el controlador y lo controlado. Entre ellos hay distancia y como resultado esfuerzo, un sentido de división y allá donde hay división forzosamente habrá conflicto, entre el que controla y aquello que trata de controlar. A esto llamamos concentración generalmente.

Y ahora veamos, ¿existe esa distancia en la atención?

¿Está escuchando con atención en este momento?

Cuando escucha a quien le habla, lo que dice sobre la atención, ¿está de verdad escuchando?

Pues cuando uno escucha de verdad, no hay centro, no hay un "yo" que escuche.

¿Comprende?



"Para que la belleza se manifieste, la mente debe darse cuenta de sí misma sin elección; debe haber un darse cuenta en el que toda comparación haya cesado por completo".

K: Normalmente pensamos que el miedo es algo externo, separado de nosotros, lo cual plantea la cuestión del observador y lo observado.

¿Es posible mirar el miedo sin el observador de modo que uno esté en completo contacto con él todo el tiempo, darse cuenta del miedo sin elección?

Porque la elección implica que hay un observador que elige:

"Esto no me gusta".

Pero cuando el observador está ausente, no interviene la elección y hay un simple darse cuenta del miedo.

HS: Comprendo.

K: Bien. Por lo tanto, la palabra impide el contacto directo con el miedo.

HS: Sí, las palabras pueden actuar como un velo.

K: Exactamente. Detengámonos aquí.

HS: De acuerdo.

K: Como vemos, es importante que la palabra no interfiera.

HS: Cierto. Tenemos que ir más allá de eso.

K: Más allá de la palabra. Ahora bien, ¿podemos hacerlo, estar más allá de la palabra?





En teoría sí, eso decimos, pero somos esclavos de las palabras.

HS: ¡Y hasta qué punto!

K: Está claro que lo somos.

HS: Sí.

K: Luego la mente debe darse cuenta de su esclavitud y de que la palabra nunca es la cosa.

HS: Efectivamente.

K: Sólo entonces será libre y podrá observar. Todo esto está implícito.

K: El miedo que opera en el nivel consciente se puede comprender con relativa facilidad; pero hay capas de eso a lo que llamamos miedo mucho más profundas, en las partes recónditas de la mente.
¿Podemos darnos cuenta de eso?

HS: ¿Pregunta si podemos darnos cuenta con total claridad del pleno alcance de la mente?

K: Sí, de todo su contenido y alcance, que es tanto el nivel consciente como las capas más ocultas; de la totalidad de la conciencia.

HS: Entiendo. Y pregunta si podemos darnos cuenta explícitamente de todo ello. No estoy seguro.





K: Yo le digo que es posible.

Eso sí, es posible sólo cuando a lo largo del día uno se da cuenta de lo que dice, de las palabras que usa, de sus gestos, su modo de hablar, de andar, de los pensamientos que tiene; cuando uno se da total y plena cuenta de todo eso.





HS: ¿Cree usted que en ese pleno darse cuenta todo esto aparece ante los ojos de uno?

K: Por supuesto; cuando no hay condena ni justificación; cuando uno está en contacto directo con ello; cuando a lo largo del día se da usted cuenta de su pensamiento, de sus sentimientos y motivos, lo cual exige una mente extremadamente sensible.

HS: ¿Quiere usted a decir que la clave está en dar un giro radical a nuestro punto de vista?, como si fuéramos presos forcejeando con los barrotes, preguntándonos cómo escapar hacia esa luz que vislumbramos afuera, cuando en realidad la puerta de la celda está abierta a nuestra espalda y bastaría con que nos diéramos la vuelta para poder salir a la libertad.

K: Es indudable, señor, que en la base de todo está la batalla, el conflicto interminable del ser humano que, preso en su condicionamiento, se esfuerza, lucha, se da de cabezazos por ser libre.

Con la ayuda ¿también esta vez? de las religiones y de organizaciones varias, hemos aceptado que el esfuerzo es necesario, que forma parte de la vida.

Creo que es indicio de su absoluta ceguera y la mayor limitación impuesta al ser humano, habernos inculcado que la vida ha de ser un esfuerzo sin fin.

HS: ¿Y usted piensa que podemos vivir sin esfuerzo?



K: Señor, esto nada tiene que ver con el pensar. El pensamiento es la más...

HS: Bueno, eliminemos esa palabra...

K: Pero vivir sin esfuerzo exige la más sublime sensibilidad, la más elevada forma de inteligencia. No se trata de decir: "No voy a esforzarme", y a partir de entonces vivir como una vaca, ajeno a todo.

HS: Entiendo.

K: Uno tiene que comprender cómo surge el conflicto, la dualidad que hay en nosotros.

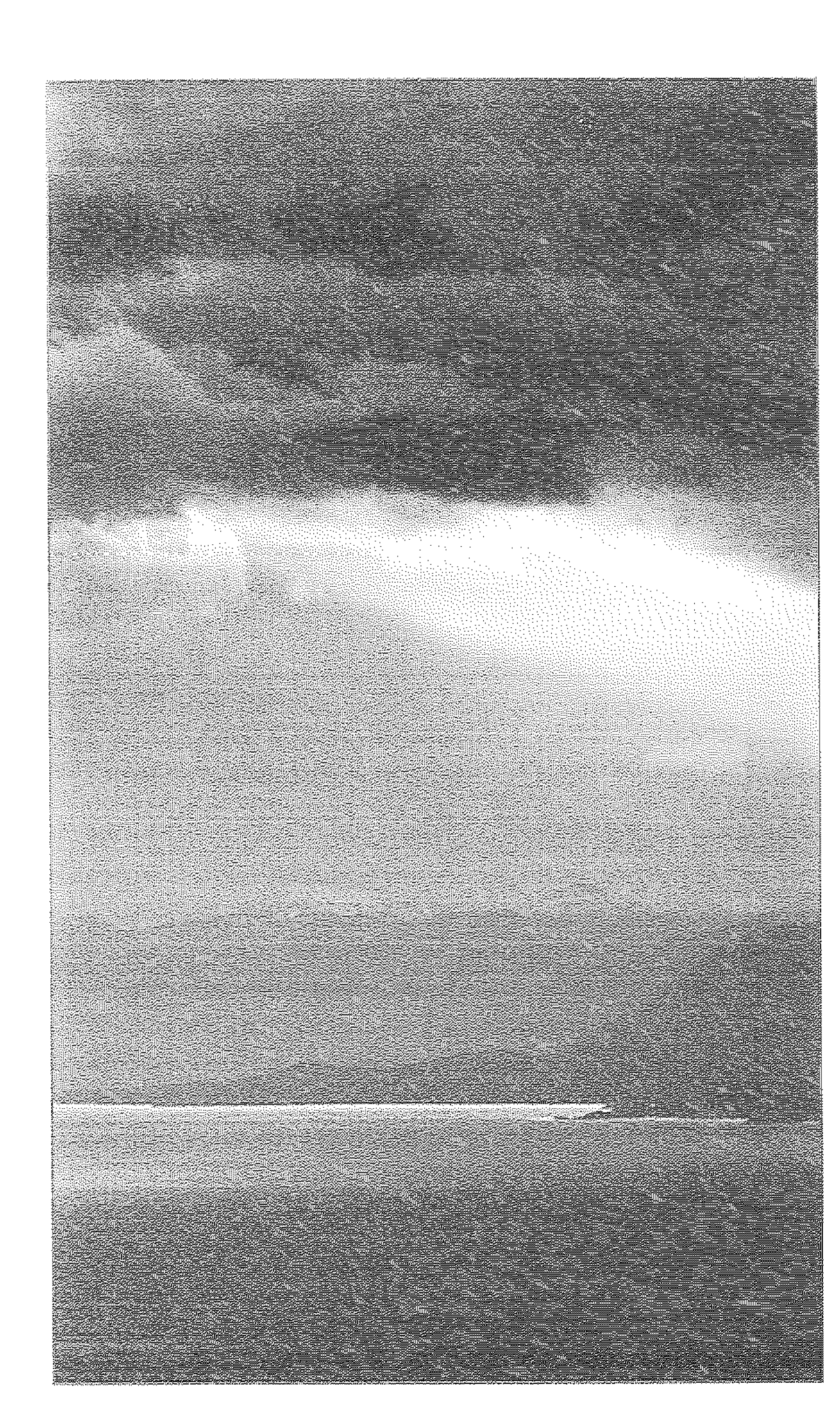
"Viajaba una vez por la India en automóvil con un grupo de personas. Iba sentado delante, al lado del conductor y las tres personas que ocupaban el asiento de detrás hablaban sobre el darse cuenta; querían discutir conmigo su significado.

El automóvil iba muy rápido. En medio de la carretera había una cabra, y el conductor, que no prestaba demasiada atención, atropelló al pobre animal.

Los señores que a mi espalda debatían sobre el darse cuenta no se enteraron de lo que había ocurrido.

Se ríe usted, pero esto es lo que hacemos todos.

Tenemos un interés intelectual en la idea del darse cuenta, en la investigación verbal, dialéctica de la opinión; pero la realidad es que no nos damos cuenta de lo que sucede".



Ojai 1985, primera charla pública

Bien, ¿podemos observar en silencio lo que sucede en nosotros, sin elegir, sin verbalizar?

Cuando nos encontramos con nuestro rostro en el espejo, ¿podemos observar cómo nos peinamos, cómo nos cepillamos los dientes, nos afeitamos, o maquillamos, sin distancia, del modo más directo y preciso posible, sin distorsión alguna?

Para ello necesitamos comprender el proceso de la elección.

Por favor, pregúntese por qué elige psicológicamente, en su interior; por qué dice:

"Haré esto, y aquello no".

"Esto está bien; aquello está mal".

"Soy violento, pero debo ser no violento; soy orgulloso, pero un día seré humilde".

¿Comprende?

La elección interior es constante.

Pero ¿existe elección alguna cuando hay claridad?

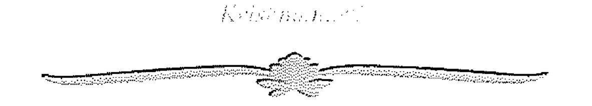
Dejando a un lado la elección de objetos, ¿a qué atiende esta elección interna?

¿Podríamos examinarlo?

El ser humano ¿probablemente por su herencia del mono? es en todo el mundo una criatura muy violenta y consciente de lo que la violencia genera, en sí mismo y en la sociedad, dice:

"Dejemos de ser violentos; practiquemos la no violencia; hablemos de ella; utilicémosla como instrumento político".





Una de las creaciones características de la India es precisamente la no violencia, aunque ya hubo quienes hablaron de ella mucho antes. Así pues, somos violentos, usted y yo ¿si es que soy violento en modo alguno? y al verlo decimos:

"Lograré ser no violento", lo cual es una elección, ¿no?

Cuando hay separación en el pensar, puedo disociar pensamiento y acción: pienso una cosa y digo o hago otra distinta. Y el resultado de esa separación son el conflicto y la hipocresía.

Se puede ahondar muchísimo en esta cuestión del conflicto y cuando uno empieza a comprender su naturaleza y estructura, sus matices sutiles, a medida que observa verá que, en ese mismo observar sin elección, el conflicto termina.

Esto exige prestar gran atención a cada pensamiento y acción, a cada matiz del sentir más profundo.

Si uno quiere acabar con el conflicto, debe prestarle extraordinaria atención; no una atención superficial, no mañana o la semana próxima, sino una atención viva en todo momento.



"Darse cuenta es observar en silencio y sin elección lo que es.

En ese darse cuenta, el problema se despliega y se comprende entonces en su totalidad".

K: Así es, señor. Usted me dice:
"Dése cuenta", y yo, que estoy ciego, creo que ante mí hay un elefante.
¿Cómo puedo...?
¿Entiende?
Estoy ciego y quiero ver la luz; usted me dice:
"Dése cuenta de su ceguera",
y yo respondo:
"Sí, pero ¿qué significa darse cuenta?".

R: Darse cuenta, consciencia, atención: ¿cuál es la diferencia?

K: En el darse cuenta al que me refiero no hay elección; existe simplemente un darse cuenta.
En el momento en que la elección aparece, el darse cuenta deja de ser.

R: Comprendo.

K: La elección es medida, es división y por lo tanto no tiene cabida en el darse cuenta.
En ese simple darse cuenta, el decir que este cuarto me gusta o no me gusta se ha terminado.

R: Sí.

K: En la atención, en el atender, no hay división.

R: Lo cual significa que no hay elección.





K: Deje eso por el momento. Atención significa que no hay división, que no hay un "yo" que atiende. No hay división, ni hay por tanto medida ni límites.

K: Veo cómo viste usted, y digo:

"Me gusta" o "No me gusta", pero el darme cuenta de ello pone fin a la elección; uno se da cuenta, eso es todo. Ahora bien, en la atención no hay alguien que atiende, luego no hay división.

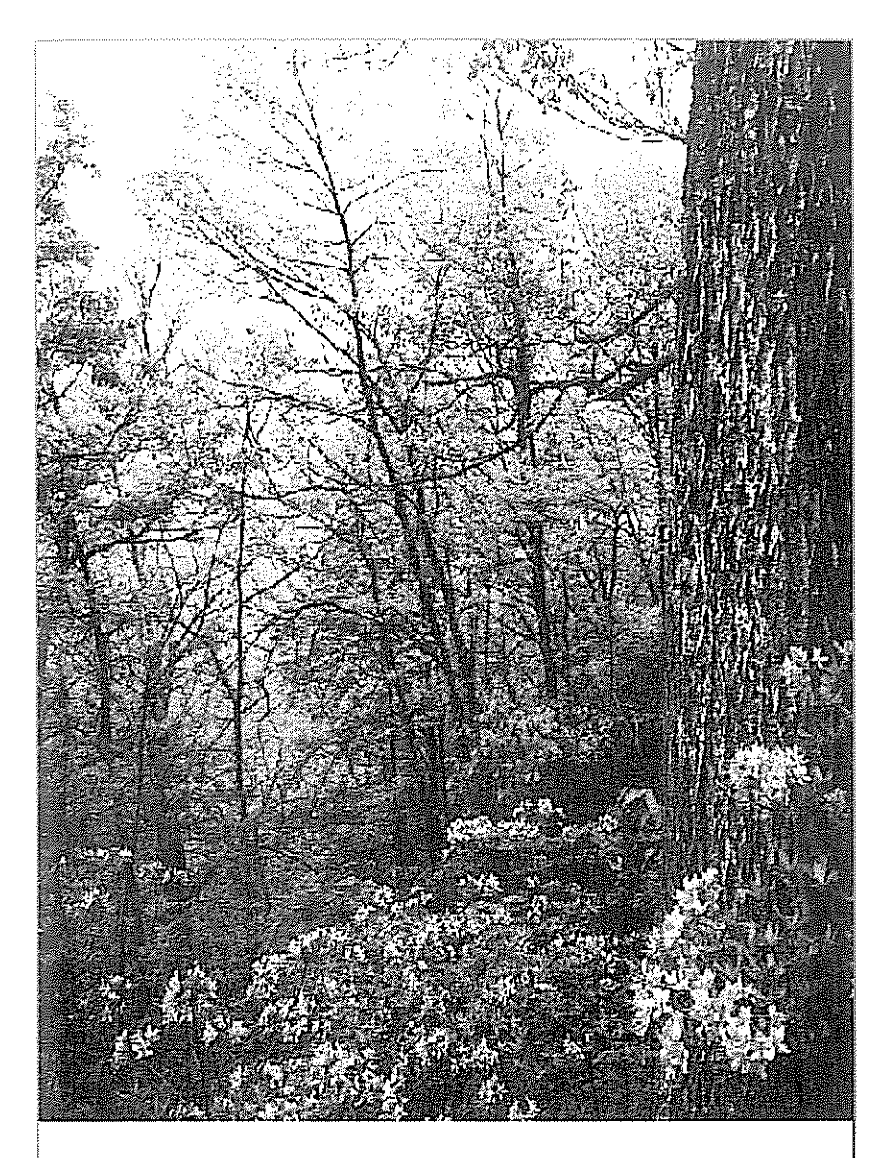
R: Pero la enseñanza de Buda es que, en la práctica de esta meditación, no hay discriminación alguna, no hay ningún juicio de valor, preferencia ni rechazo, sino que uno simplemente ve.

K: Si uno atiende con todo su ser, con los oídos, los ojos, el cuerpo, los nervios, la mente entera y el corazón, es decir, con afecto, con amor, con compasión, en esa atención total, ¿qué sucede?

R: Lo que sucede entonces, por supuesto, es una absoluta y completa revolución interna.

K: No, pregunto cuál es el estado de esa mente cuya atención es total.

Mire, esa mente no tiene cualidad, no tiene centro y al no tener centro no tiene fronteras. Esto es una realidad, no sirve de nada imaginarlo.



"Cuando uno de verdad se da cuenta, cuando es intensamente consciente, no queda ningún retazo de movimiento inconsciente oculto.

No hay separación entre lo interno y lo externo".

Hablamos de darse cuenta de verdad, no de decir: "Bueno, me doy cuenta, pero no me gusta esa camisa; es de un azul demasiado chillón". (Risa)

¡Eso me ha dicho alguien esta mañana! (Risa)

Así que ¿nos damos cuenta de verdad, sin elegir?

Porque si uno se da cuenta sin elección alguna, está atento, ¿comprenden?

Darse cuenta sin elegir es atención; no una atención cultivada, un "debo atender", sino el empezar a darse cuenta de los árboles, las aves, los globos que se elevan sobre las montañas, la luz que baña las nubes, el atardecer, el resplandor de la luna...

Es observar y observar; darse cuenta de todo esto y de la reacción de uno hacia ello, sin responder, sin elegir

¿Esto me gusta; aquello no; esto es mío; esto, de usted? , ¿comprende?

Simplemente darse cuenta.

Y de este darse cuenta sin elección alguna nace la atención: el atender con los ojos, los oídos, los nervios, con todo el ser.

Así pues, la atención y la inatención son cualitativamente distintas.

Cuando hay inatención, uno elige, no se da cuenta, no está atento y el proceso de grabación se pone en marcha; se establece el viejo hábito. En cambio cuando hay atención, el hábito se rompe.

¿Comprende? ¿Lo hará usted?

El disfrute está, no en escuchar un montón de palabras, sino en... Ya sabe, más que hacer, es descubrir la verdad de esto.

¿Qué es ser conscientes, darnos cuenta?

Habitualmente, cuando hablamos de darnos cuenta nos referimos a ver lo que ocurre a nuestro alrededor, los sucesos o las meras cosas tal como son y en ese darse cuenta, hay cierto sentido de elección: "me gusta, no me gusta"; "me gustan los robles, no me gustan las palmeras"; "ojalá fuera distinto".

Bien, ahora preguntamos si existe un darse cuenta que sea parte de la conciencia en el que no haya elección alguna.

Quien les habla hace esta pregunta y en representación de ustedes, responde:

"En mi darme cuenta, siempre hay elección, elección que se traduce en "me gusta; no me gusta; ojalá fuera diferente".

Y vemos que donde hay elección hay conflicto, ¿no es así?

¿Está esto claro?

Cuando elijo entre esto y aquello, esa división genera conflicto.

Por lo tanto, ¿es posible darse cuenta, ser consciente, sin ninguna elección, simplemente observar?

¿De acuerdo?

Y contestarían ustedes:

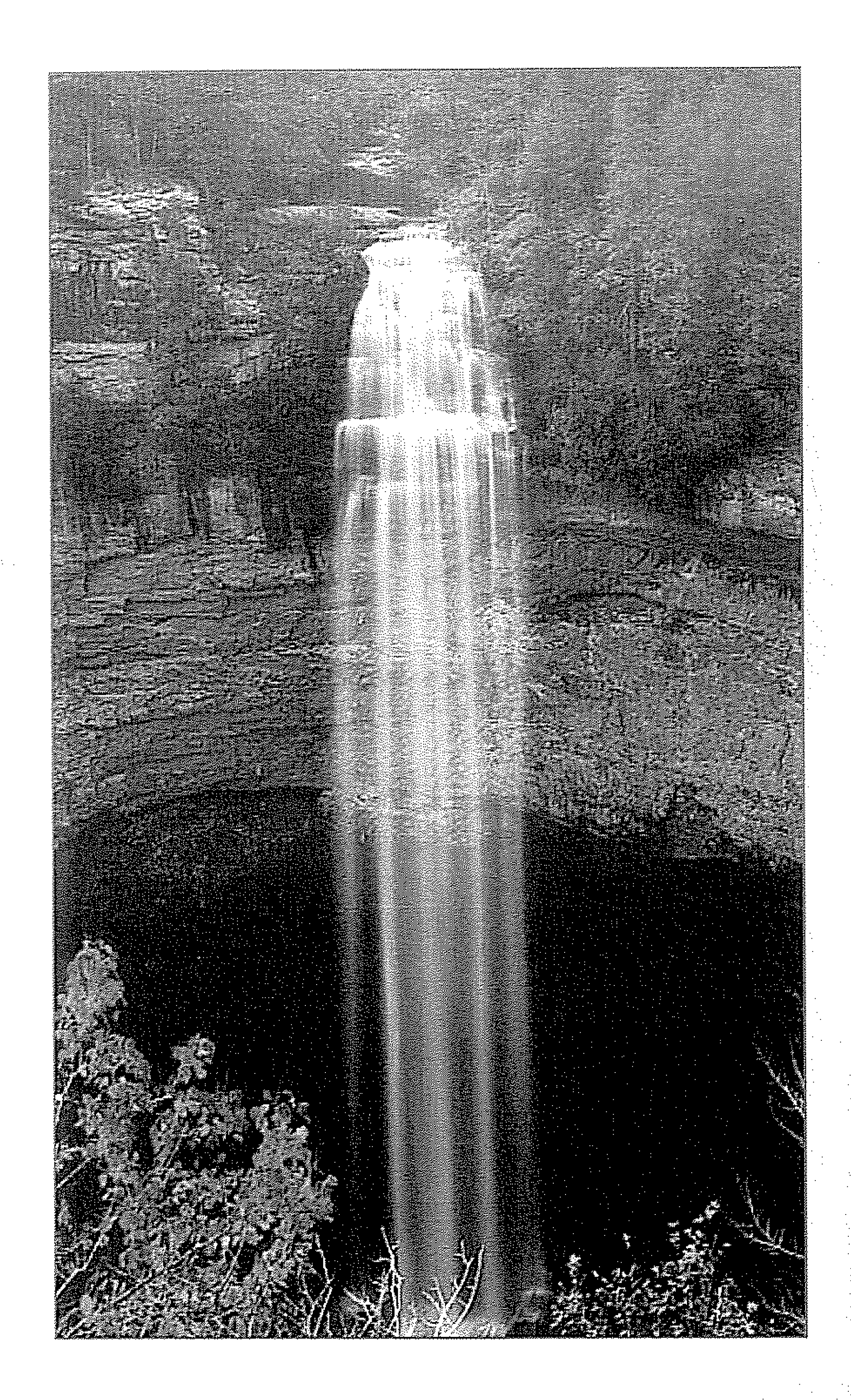
"Bueno, lo intentaré".

A lo cual quien les habla respondería:

"No lo intente; intentarlo significa hacer un esfuerzo y cuando uno se esfuerza no comprende nada. No se esfuerce, sencillamente vea, perciba la realidad"

¿Entienden?





K: ¿Hay necesidad alguna de elegir?
La decisión implica elección.

A: Sí.

K: Y la elección implica que la mente está confundida y se debate entre esto y aquello.

A: Creo que etimológicamente significa hacer un corte radical, zanjar.

K: Sí, pero la mente que ve con claridad no tiene elección. No decide. Actúa.

A: Cierto. ¿No nos lleva esto de nuevo a la negación del hacer?

K: Creemos que somos libres porque elegimos. Podemos elegir, ¿no?

A: Sí.

K: ¿Es libre la mente que tiene capacidad de elegir?

¿O acaso la mente que elige no es una mente libre?

Porque la elección, como es obvio, implica estar entre esto y aquello, lo cual significa que la mente no ve con claridad y por eso elige.

La elección existe cuando hay confusión.

Una mente que ve con claridad no elige: está actuando.





A: Así es.

K: Creo que esta es la gran trampa que nos hemos tendido: el pensar que somos libres para elegir, que la elección es indicio de libertad. Yo, al contrario, digo que la elección es indicio de una mente confundida, y que por tanto no es libre.

Ojai,
sexta charla pública, 17 de mayo de 1981

¿Es el amor deseo?

¿Es indicio de amor el ardor, la excitación?

¿Puede existir el amor cuando hay ambición, agresividad?

¿Puede haber amor cuando a un ser humano se le hiere desde la niñez, cuando hay sufrimiento?

¿O acaso ese aroma, eso a lo que hemos llamado amor, existe sólo cuando todo esto termina?

¿Puede todo esto terminar?

No intelectualmente, contentándonos con explicaciones adecuadas o con reducir el sufrimiento y el miedo a una cuestión científica de sustancias y comportamientos químicos.

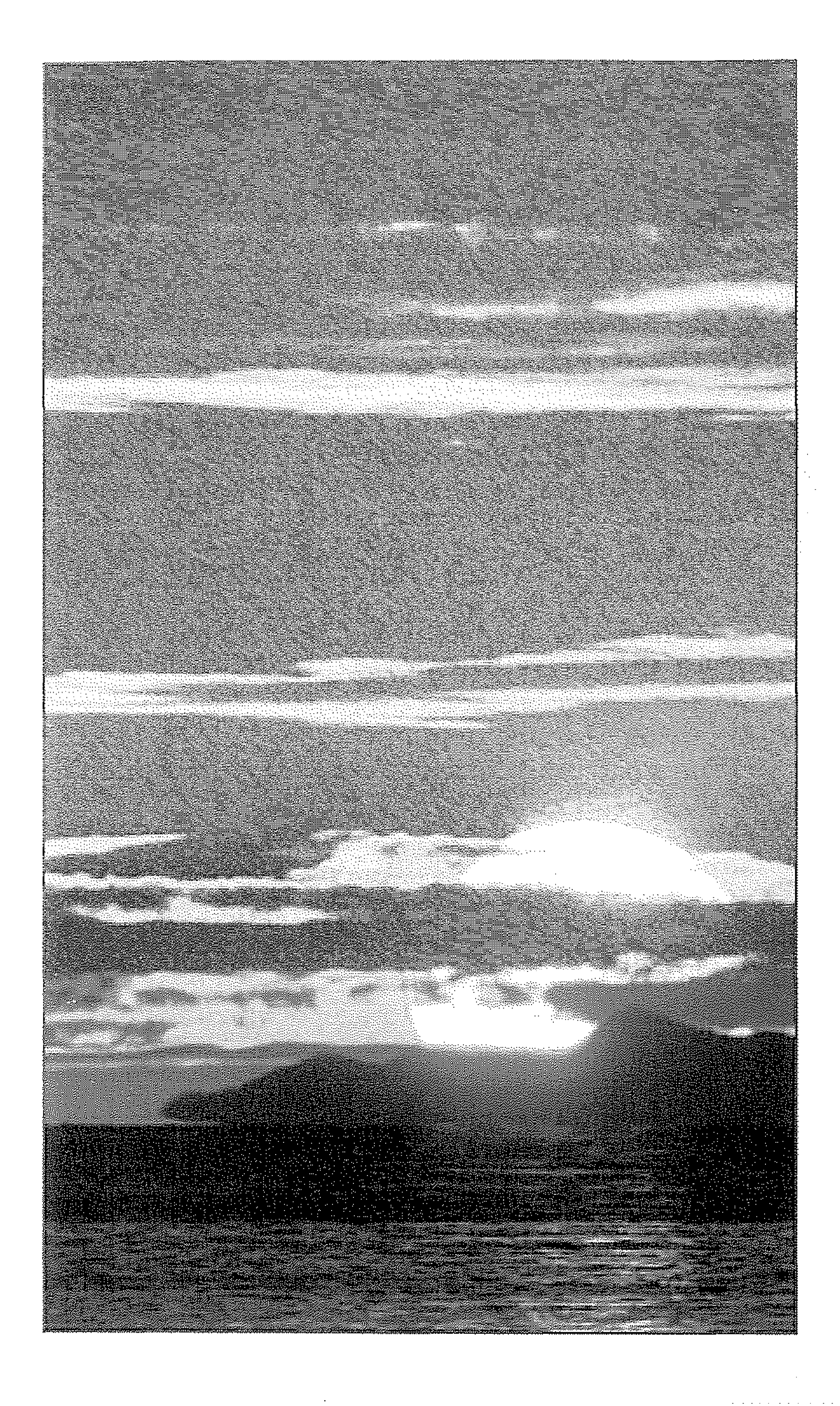
¿Cómo podemos matar a otro, ya sea en la guerra o en un arrebato de violencia, si hay amor?

Al parecer, los seres humanos estamos presos en la terrible tragedia del hábito, la tradición, la actividad de un cerebro atrofiado a causa de su funcionamiento mecánico.

Tanto en las iglesias de Occidente como en el mundo oriental nos aferramos a las creencias, a la fe, a la repetición constante de interminables y absurdos rituales, que son producto del pensamiento. Y el pensamiento es un proceso material, como ya hemos explicado y como empiezan a aceptar algunos científicos.

La pregunta es:

¿Puede terminar el sufrimiento?; no sólo el sufrimiento personal, sino el de la humanidad entera.





Pues el sufrimiento no es de usted ni mío; es el sufrimiento que cinco mil años de guerra han creado; el sufrimiento por que el ser humano siga armándose para la guerra; el sufrimiento de la eterna división entre los seres humanos: entre católicos y protestantes, hindúes, budistas y musulmanes; entre árabes y judíos, americanos y rusos...

Esta permanente división es causa de un terrible conflicto mundial. Sin embargo, parece que no seamos conscientes de él, que no nos demos cuenta del espantoso peligro ante el que nos encontramos; nos valemos de cualquier conocimiento, explicación o diversión para rehuirlo.

¿Podemos, en vez de evadirnos, darnos cuenta con sensibilidad de la sociedad que el ser humano ha creado, ver que formamos parte de ella y que somos, por tanto, absoluta y totalmente responsables de todo lo que sucede en el mundo?

Queremos averiguar si ese sufrimiento que distorsiona el pensar puede concluir.

Por favor, tengan la bondad de plantearse esta pregunta; no porque quien les habla les pida que lo hagan, sino porque es su sufrimiento, el sufrimiento de la humanidad y no hay palabra, explicación ni escape capaz de acabar con él: uno debe afrontarlo. O bien uno lo mira de soslayo, superficialmente, con impaciencia, tratando de trascenderlo, es decir, no lo afronta directamente, o bien uno está completamente con lo que es, sin que ningún pensamiento interfiera y distorsione la realidad del sufrimiento.



El sufrimiento es por un lado lástima de uno mismo, tortura autoimpuesta, abnegación y por otro las diversas actividades del "yo", que trata de satisfacer sus deseos,y lo logra o fracasa.

Todo esto, y más, forma parte del sufrimiento.

¿Puede uno mirarlo directamente, estar en completo contacto con ello?

Ese contacto total sólo es posible si no hay división entre usted y eso a lo que llama sufrimiento.

Usted no está separado del sufrimiento; sin embargo, como observador cree que lo está, y para remediar ese sufrimiento intenta escapar, reprimirlo, analizarlo, soslayarlo, trascenderlo, ponerle fin, lo cual acentúa la división.

Así hemos vivido tradicionalmente; pero el hecho es que usted es el sufrimiento, no que está separado de él: cuando se enfurece, la ira no es distinta de usted; cuando es violento, no es usted distinto de la violencia.

Las figuras y los símbolos religiosos que ha creado forman parte de usted; aunque los adore como si estuvieran separados, es el ser humano quien los ha creado con la mano o con la mente.

Y dado que esta división sólo genera conflicto, uno debe observarla; observar en primer lugar que esa división existe, que esa es la tradición.

Conforme a ella se nos ha enseñado que el "yo" está separado del sufrimiento, del dolor, de la ansiedad, del miedo, e incluso del placer; se nos ha condicionado a pensar así desde la niñez y para romper ese condicionamiento y acabar por tanto con el conflicto, se ha de observar, se ha de estar en contacto



con ese sufrimiento, con ese miedo y con esos deseos, eliminando por completo la sensación de que hay observador que mira hacia dentro desde fuera.

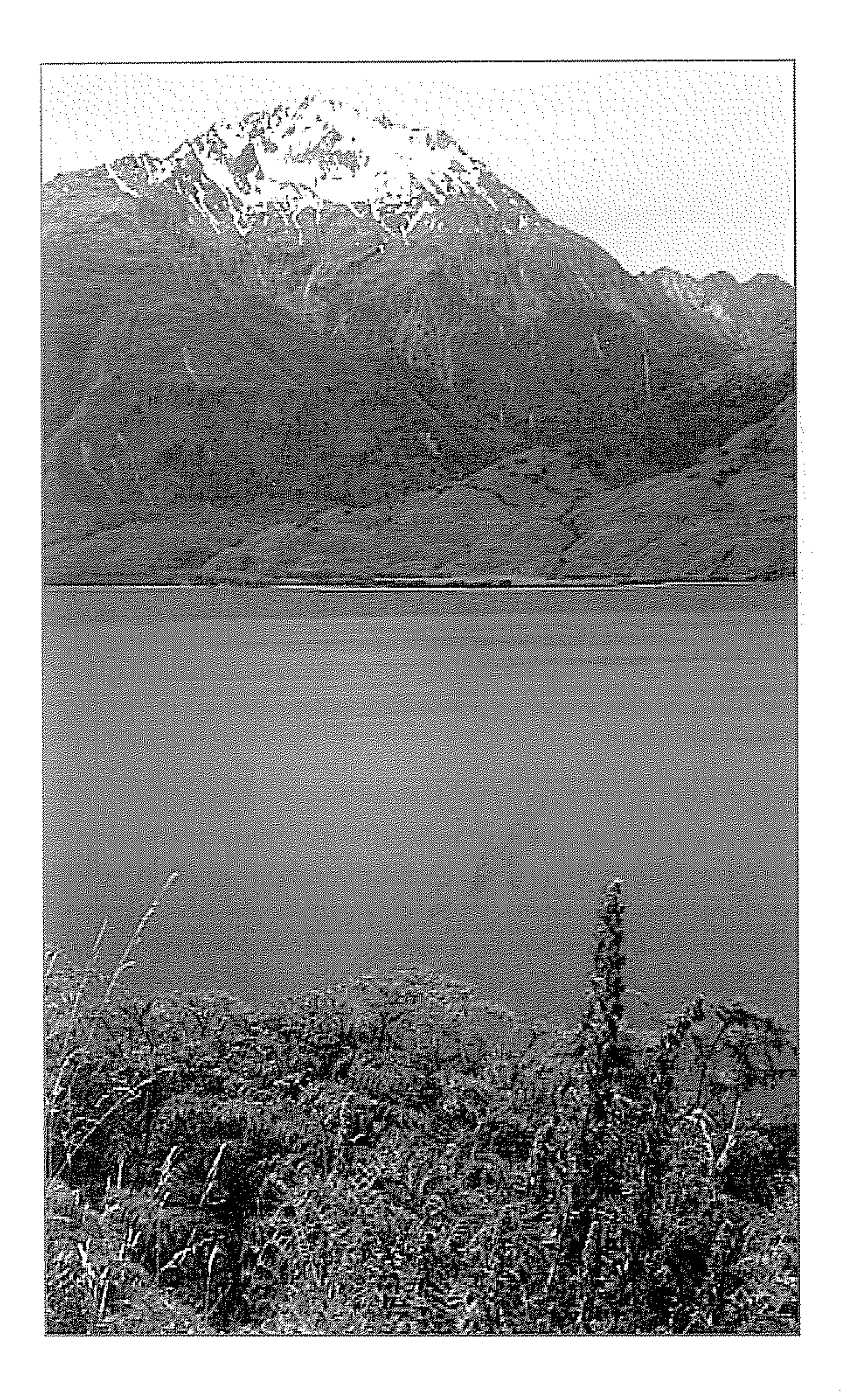
Como en todas las relaciones entre seres humanos, el pensamiento ha creado una división.

Si observa usted su relación con otro, por más íntima que sea, verá que hay una obvia separación entre ustedes y esta separación, ya sea en las relaciones íntimas, nacionales o internacionales, forzosamente engendrará conflicto; esa es la ley.

Por eso, estemos donde estemos hay conflicto en todas nuestras relaciones.

Así pues, ¿hay posibilidad de ser uno con el sufrimiento, sin ninguna división, sin el más mínimo intento de superarlo o explicarlo?

Pues en ese completo contacto con el sufrimiento, la atención de uno es total, toda su energía está puesta en ello, y es esa energía la que actúa y pone fin al sufrimiento.



K: Dice usted que no tenemos elección, ¿por qué?

I: Así es la naturaleza humana.

K: No. El caballero dice que no tenemos elección. ¿Qué entiende usted por "elección"? ¿Es una elección el peligro? ¿Por qué elige usted?

I: ... El condicionamiento.

K: No, no diga lo primero que se le ocurra.

I: En el nivel biológico, supongamos que me gusta fumar, o lo que fuere, ¿de acuerdo? Es peligroso pero placentero, por tanto el pensamiento puede elegir.

K: Sí. Mire, señor, estamos tratando de averiguar el significado profundo de la palabra "elección". Elijo entre dos tipos de tela para unos pantalones o un abrigo. Espere, espere. Elijo ir a cierto lugar y no a otro; entre este gurú y aquel; elijo creer en esto y no en aquello. Y le pregunto si puede usted escuchar con afecto para descubrir así por qué elige. ¿Cuál es el origen de su elección?

I: La inatención.

X: Una vez más, el placer.





K: No, no. ¿Cuándo elige usted? ¿No es la incertidumbre lo que le hace elegir? Para la persona que ve con absoluta claridad no existe elección. Es así.

I: Elijo cuando no sé.

K: ¿Y eso qué nos dice, señor? Es cierto: cuando no sabe. ¿Y cree usted entonces que encontrará...?

I: En uno de los casos elijo con certeza, y en el otro con incertidumbre.

K: Entiendo, pero vamos a no enredarnos en las palabras. Cuando uno tiene verdadera claridad, no elige. Cuando sabe usted el camino exacto para llegar a un sitio, no hay elección; sólo cuando está inseguro empieza a elegir, o a preguntar, a consultar, a indagar. Lo que digo es que, en el nivel psicológico, la elección aparece únicamente cuando uno está confundido, inseguro, ¿no es así? Cuando ve algo con claridad, no hay ninguna necesidad de elegir. O sea que sólo una mente confusa elige. Se han quedado todos en silencio.

I: ¿Podríamos explorar por qué elige la mente?

K: Aguarde, señor. Si quiere comprender, por favor observe todo esto. Estamos examinando, tratando de averiguar juntos por qué registra el cerebro. Parte de su función biológica, orgánica, es registrar;





pero lo que preguntamos es por qué se produce registro alguno en sentido psicológico.

Alguien ha respondido que no tenemos elección al respecto. Bien, la palabra "elección" implica que hay dos cosas entre las que elegir. Cuando uno ve un peligro, no elige, ¿de acuerdo? Uno ve el peligro y actúa, no dice: "Bueno, ¿debería ir hacia la izquierda o hacia la derecha? ; ¿qué será lo correcto?".

(Risa)

Y de modo similar, pregunto: en el nivel psicológico, ¿qué necesidad tenemos de registrar? ; ¿nos ayuda a protegernos?

I: Sí. En la vida, al principio lo que nos importa es la supervivencia del cuerpo, pero la mente pronto acapara prácticamente todo nuestro interés.

K: Esto es lo que estamos diciendo, que la supervivencia física está supeditada a la supervivencia psicológica. Y pregunto: ¿por qué?

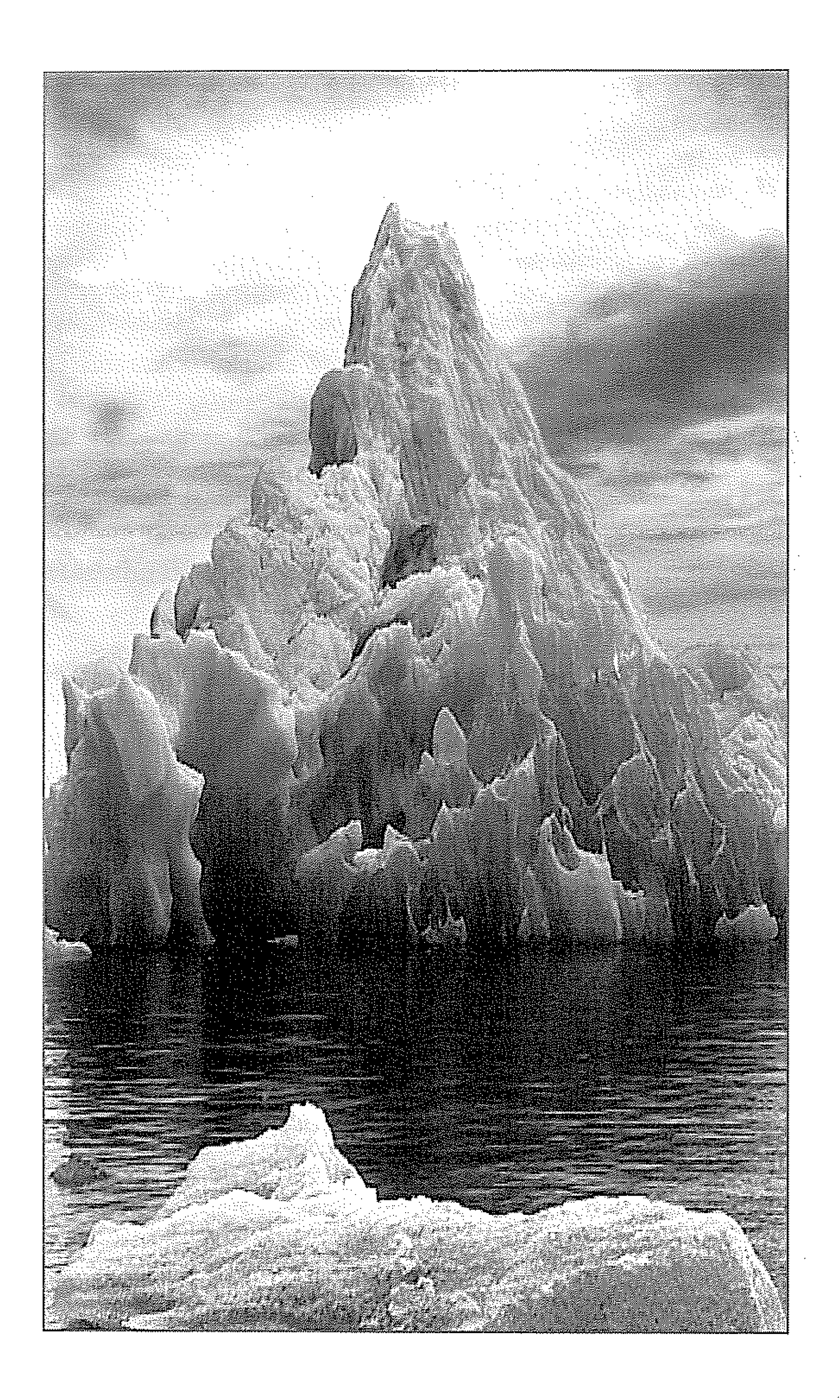
I: Porque esta última confiere un sentido de identidad.

K: ¿Identidad con quién?

X: ¿Porque en realidad no sabemos qué es lo correcto?

K: ¿Y por tanto se dispone a averiguarlo?







¿Cómo averiguará qué es lo correcto cuando su mente está insegura y confusa?

No. Están alejándose del tema. Perdonen, pero no profundizan ustedes en cada paso.

¿Por qué registro psicológicamente?

I: Porque quiero hacerlo.

X: Porque no estoy completo.

K: No, señores. Miren en su interior y lo averiguarán.

I: Para acumular experiencia.

K: Experiencia que es conocimiento, que luego se convierte en memoria; porque sin memoria, sin conocimiento, usted no es nadie. De modo que decimos: "¡Demonios, tengo que tener conocimientos para ser alguien!".

¿No es así?, ¿Es esto a lo que se refiere?

I: Uno quiere protegerse.

K: Sí, y en el aspecto biológico, orgánico, se protege; es algo que hemos aprendido a hacer muy bien, a pesar de las guerras y de los terroristas..., excepto las víctimas, claro.

Pero dice usted que se protege psicológicamente. ¿Qué es lo que protege?

I: Creo que es...





K: Responda, por favor. ¿Qué es lo que está protegiendo?

I: Toda esa memoria.

K: Su idea de sí mismo.

I: Tenemos la mente tan abarrotada que su contenido se ha vuelto más importante que la experiencia corporal. Nuestra mente se ha convertido en ese fárrago y somos más conscientes de ella que de nuestro cuerpo; por eso creemos que es la mente lo que debemos proteger.

K: O sea que presta usted más atención a su cuerpo que a su cerebro.

I: No, al contrario.

K: Sí, siga enredándose. (Risa)

Mire, señor, registramos psicológicamente para ser algo, ¿no es cierto? Registro dónde nací, ¿eso es fácil? porque al cerebro se le ha enseñado a aceptar cierta estratificación social que, psicológicamente, me otorga una posición, una sensación de poder, de superioridad. Esos registros psicológicos van dando una progresiva solidez al ego, al "yo", ¿lo ve?

No acepte lo que digo; por favor, mírese a sí mismo. Si no hubiera en usted ningún registro psicológico, ¿tendría un ego?



I: No.

K: Es obvio.

Psicológicamente es usted agresivo, brusco, violento; eso le da una sensación de..., ya sabe, autoridad, seguridad. Este proceso de registro poco a poco va creando psicológicamente el sentido de "yo". Esto es un hecho, ¿no?

Yo, mi opinión, mi juicio, mi esposa, mi marido, mi hija, su hija, su hijo, mi casa, mi cualidad, mi experiencia, mis heridas, mis miedos, mis...

Psicológicamente soy todo eso. ¿Comprende?

Es un hecho. No hace falta que esté usted de acuerdo con quien le habla; es así.

La pregunta entonces es por qué he creado este ego, por qué existe ese constante proceso de fortalecimiento del "yo".

I: Para protegerlo.

K: ¿Para proteger qué?

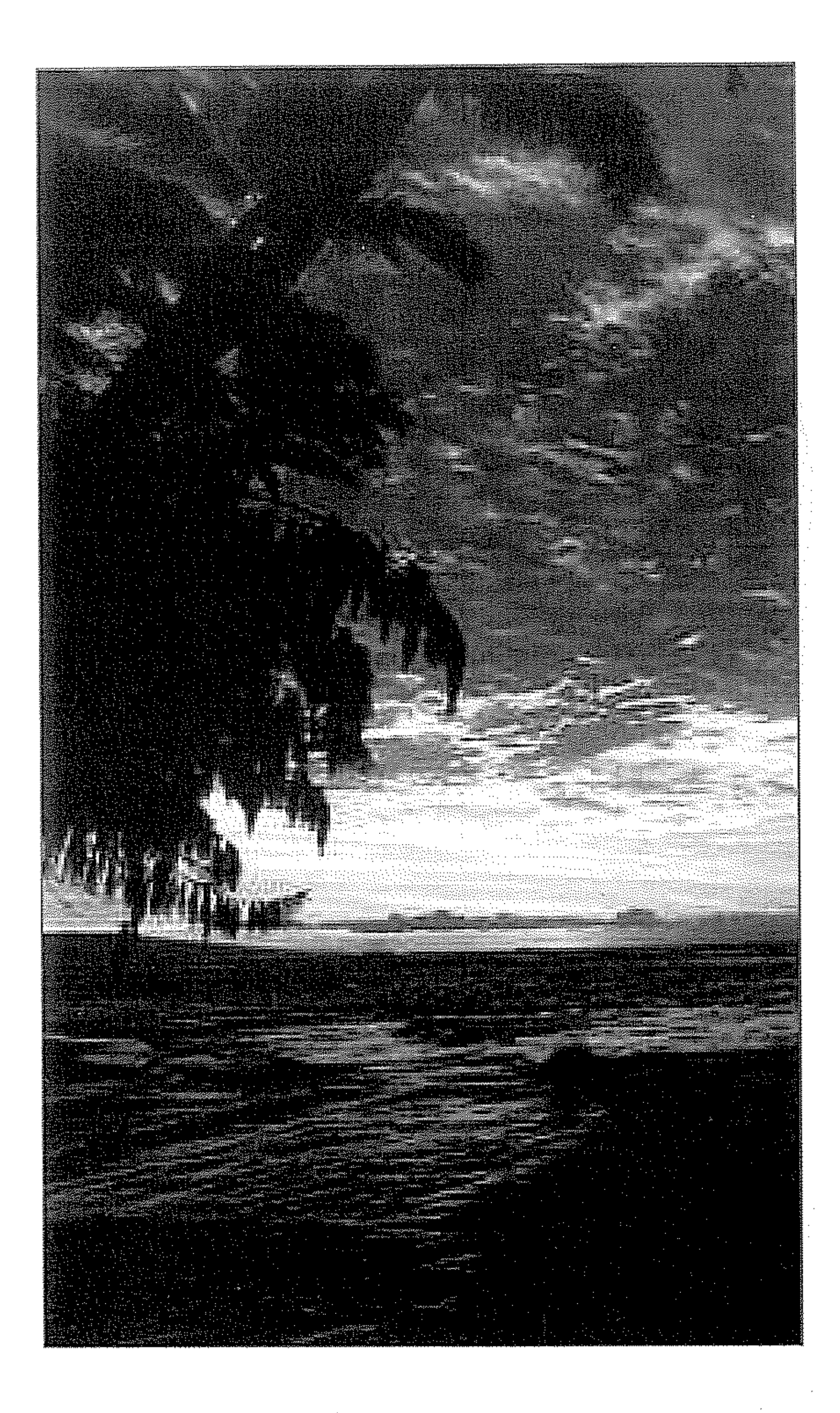
I: Simplemente me aferro al "yo" cada vez más.

K: Sí, señor. Después de crearlo se aferra a él, se vuelve dependiente de él; dice: "No me atrevo a destruirlo".

I: Es como un castillo de arena.

K: Arena... No divague; dejemos los símiles y atengámonos a una sola cosa.







Le pregunto:

¿Qué necesidad tenemos de todo ese proceso, que es origen de problemas y dolor inmensos?

Debido a él, primero me siento herido, tengo miedo, me consumen la ansiedad, los celos, la ambición y luego pienso que no debería sentirme así, que debería...

Ya conoce usted la batalla emocional, continua, cada vez más penosa, más intensa.

¿Y qué es lo que estoy creando? ¿Es real esa estructura? ¿Comprende?

Real en sentido de tangible, como lo es este micrófono que realmente puedo tocar.

¿Puedo tocar la estructura psicológica del "yo"?

Obviamente no; por lo tanto no es más que una acumulación de palabras. Es difícil aceptar esto. En la relación, acumulo ofensas, elogios, consuelo; eso poco a poco me lleva a depender de usted, y si usted me ofende, me aferro a usted para no sentirme herido.

¿Por qué lo hacemos?

Brockwood Park, segunda conversación con el profesor David Bohm. 20 Junio de 1983

El futuro de la humanidad

DB: Creo que ahora deberíamos averiguar si hay alguna actividad del cerebro que esté más allá del pensamiento, ¿no le parece?, porque uno podría preguntar, por ejemplo, si el darse cuenta forma parte de las funciones cerebrales.

K: Mientras no haya un darse cuenta libre de elección..., me doy cuenta y en ese darme cuenta elijo.

DB: Sí, lo que quizá no esté del todo claro es qué tiene de malo elegir. ¿Comprende?

K: La elección implica confusión.

DB: Pero la palabra en sí no lo indica explícitamente. Mire...

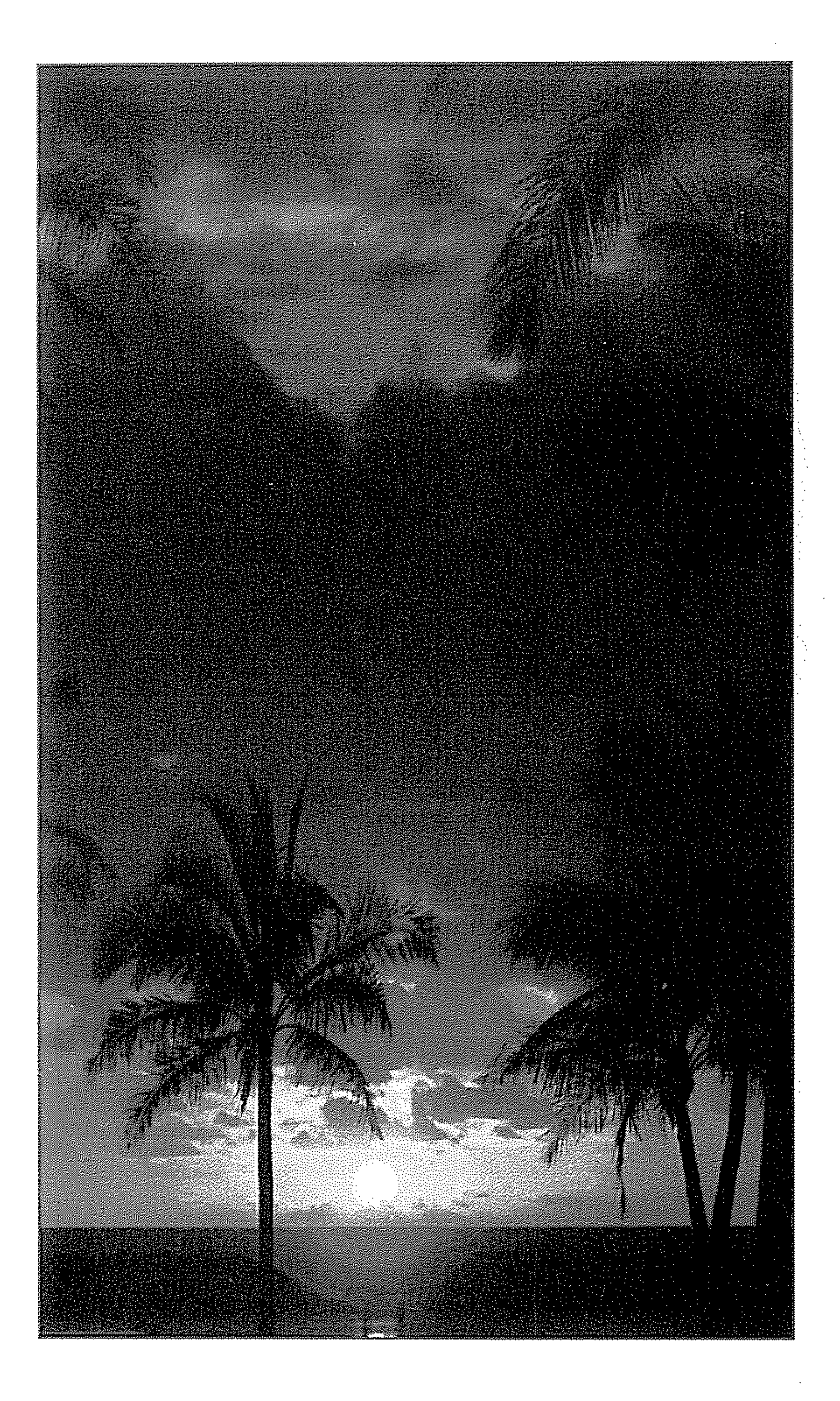
K: En último término, uno elige siempre entre dos cosas.

DB: La elección puede ser entre comprar un objeto u otro.

K: Sí, puedo elegir entre esta mesa y aquella.

DB: Cuando compro una mesa elijo el color.







K: O la mesa que es mejor.

DB: Aparentemente no hay confusión en eso. No veo por qué elegir el color que quiero habría de implicar confusión.

K: Esa elección no implica confusión, no supone un problema.

DB: La confusión, diría yo, existe cuando la elección se aplica a la psique.

K: Exactamente, eso es todo.

DB: Tendemos a... Ya sabe, el lenguaje nos despista fácilmente.

K: Hablamos de la psique que elige.

DB: Que en realidad elige para llegar a ser algo.

K: Sí, elige para llegar a ser algo, y elige cuando hay confusión.

DB: Quiere usted decir que, debido a su confusión, la mente elige, ¿no es así? y consciente de que está confundida, intenta alcanzar un estado mejor.

K: Y la elección implica dualidad.





DB: Sí, pero ahora, a simple vista, se diría que ha introducido usted otra dualidad: entre la mente y el cerebro.

K: No, eso no es una dualidad.

DB: Es importante aclararlo.

K: No hay dualidad en eso.

DB: ¿Cuál es la diferencia?

K: Bueno, pongamos un ejemplo muy sencillo. Los seres humanos son violentos y a raíz de ello el pensamiento ha proyectado la no violencia, creando así una dualidad: el hecho y el no hecho.

DB: Es decir, que la dualidad existe entre un hecho y algo que es una mera proyección de la mente.

K: El ideal y el hecho.

DB: El ideal no es real, y el hecho sí.

K: Efectivamente. El ideal no es factual.

DB: Exacto: no es factual. Pero ¿por qué llama a esa división entre ambos dualidad?

K: Porque están divididos.





DB: Bien, al menos parecen estarlo.

K: Están divididos y todos nos debatimos entre ellos, entre, digamos, los totalitarios ideales comunistas y los ideales democráticos, ambos producto del pensamiento, que es limitado, lo cual genera una terrible confusión en el mundo.

DB: Sí, está claro que se ha creado una división; pero el aspecto importante de esto, lo que queríamos investigar, creo, es si hemos dividido algo que es indivisible: la psique.

K: Eso es. No se puede dividir la violencia y llamar a una parte no violencia.

DB: Cierto. Y no se puede dividir la psique en violencia y no violencia, ¿no es así?

K: Es lo que "es".

DB: Es lo que es; de modo que si es violenta, no puede dividirse en una parte violenta y otra no violenta.

K: Exacto. ¡Está muy claro! Por lo tanto, ¿podemos permanecer con lo que "es" en vez de inventar ideales de lo que "podría" o "debería" ser?

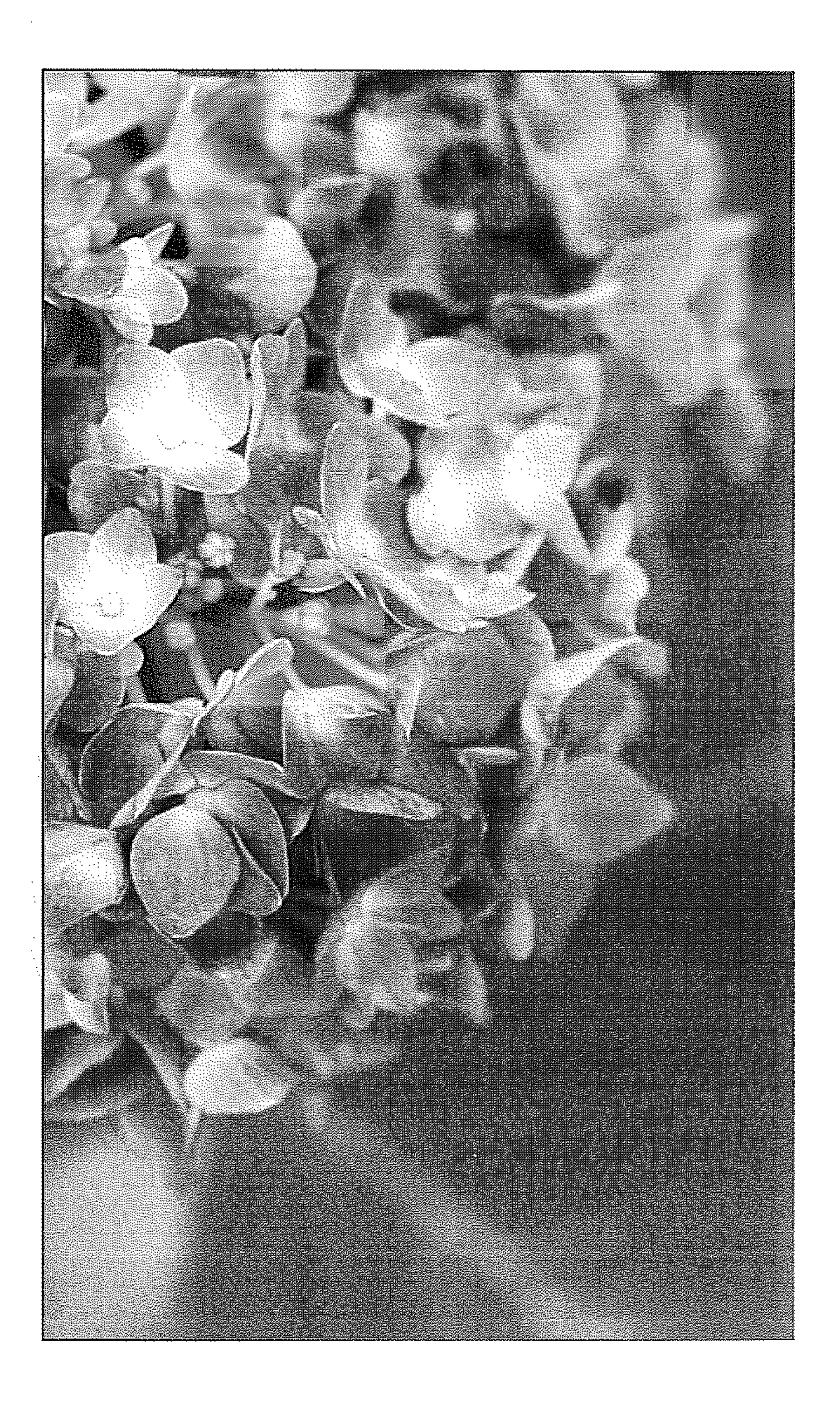
La libertad interior

Libertad y autoridad

No puede haber libertad y autoridad a un tiempo.

La libertad y la inteligencia son inseparables y la inteligencia tiene su propia disciplina innata, espontánea, sencilla, disciplina que no es represión, control ni limitación; disciplina que es el acto constante de aprender.

Decimosexta conversación con el doctor Allan W. Anderson, San Diego, 1974. Religión y autoridad



Uno de los principales temas que Krishnamurti abordó a lo largo de su vida fue el de la libertad.

Repetidamente habló de la libertad en relación con la autoridad; no de su aspecto social o político, sino de la realidad psicológica, mucho menos obvia, de ambas.

Ya en 1929 expresó que su propósito era hacer a la humanidad incondicionalmente libre: que cada individuo "sea luz para sí mismo", solía decir, en lugar de apoyarse en las percepciones y verdades de otro, por más profunda que sea su enseñanza y por más ilustre que sea el maestro.

Nuestros mitos y tradiciones son las verdades de ayer, y Krishnamurti nos pide que percibamos con mirada nueva, con mirada que se renueve a cada instante.

¿Por qué aceptamos tan dócilmente, preguntaba, la autoridad religiosa o psicológica y en cambio nos rebelamos contra cualquier restricción política o social?

Oigamos a Krishnamurti hablar sobre la libertad y la autoridad.

Krishnamurti:

Por favor, al escuchar las palabras de quien les habla, examinen por sí mismos lo que dice.

La duda, el escepticismo, es un gran purificador.

La mayoría aceptamos fácilmente cualquier cosa, sobre todo en cuestiones religiosas, "cuestiones espirituales" como se las llama.

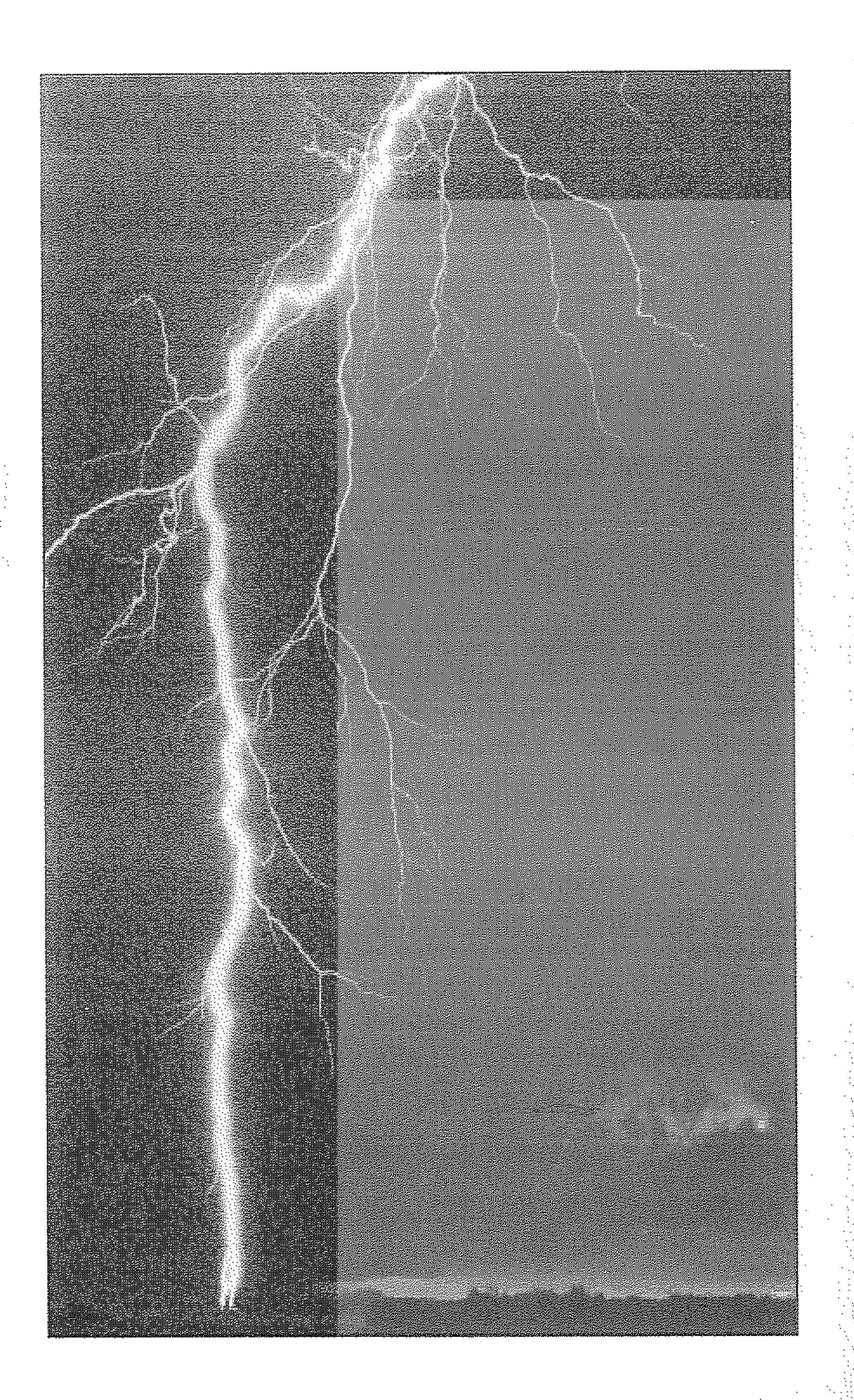
Les pido que no acepten nada de lo que esta persona dice; escuchen con atención y descubran por sí mismos, si es que esto les interesa.

Si esto no es para ustedes un mero entretenimiento, entonces por favor escuchen, duden, cuestionen, pregunten.

Eso que ponen en duda es lo que ustedes mismos han creado: ponen en duda sus propias ideas, sus conclusiones, experiencias, creencias, su fe, para así poder descubrir por sí mismos lo que es verdad y la verdad exige una mente libre, una mente que sea libre por completo.

Ahora bien, dudar exige sensibilidad; si uno duda de todo, dudar se convierte en un ejercicio absurdo.

La mente que duda ha de ser ágil, ha de dudar con perspicacia, con sutileza; entonces la duda es origen de claridad, de energía y necesitamos energía para profundizar en todos estos problemas, para resolverlos.



La pregunta imposible

En ninguna circunstancia acepten nada de lo dice quien les habla.

No hay autoridad; ni de quien les habla ni de ustedes.

Juntos estamos investigando, observando, mirando, aprendiendo.

Los científicos, los políticos, los educadores y las autoridades religiosas son todos ellos responsables; en cambio yo no sé nada sobre responsabilidad; yo me limito a seguirles.

Esta es la actitud general en todo el mundo: hacer de uno mismo un ser irresponsable; me vuelvo irresponsable al delegar mi responsabilidad en otro.

Y lo que en este momento decimos es que usted es el único responsable, puesto que usted es el mundo y el mundo es usted.

Usted ha creado este desastre, y sólo usted puede hacer que haya claridad; luego la total, la entera responsabilidad es de usted y de nadie más.

Ahora bien, esto significa que debe usted ser una luz para sí mismo; no caminar a la luz de un profesor, de un analista o psicólogo, ni a la luz de Jesús o de Buda; debe ser usted su propia luz en un mundo que va sumiéndose en la oscuridad absoluta.

Y para ello, tiene usted que ser responsable.

Bien, ¿qué significa esta palabra?

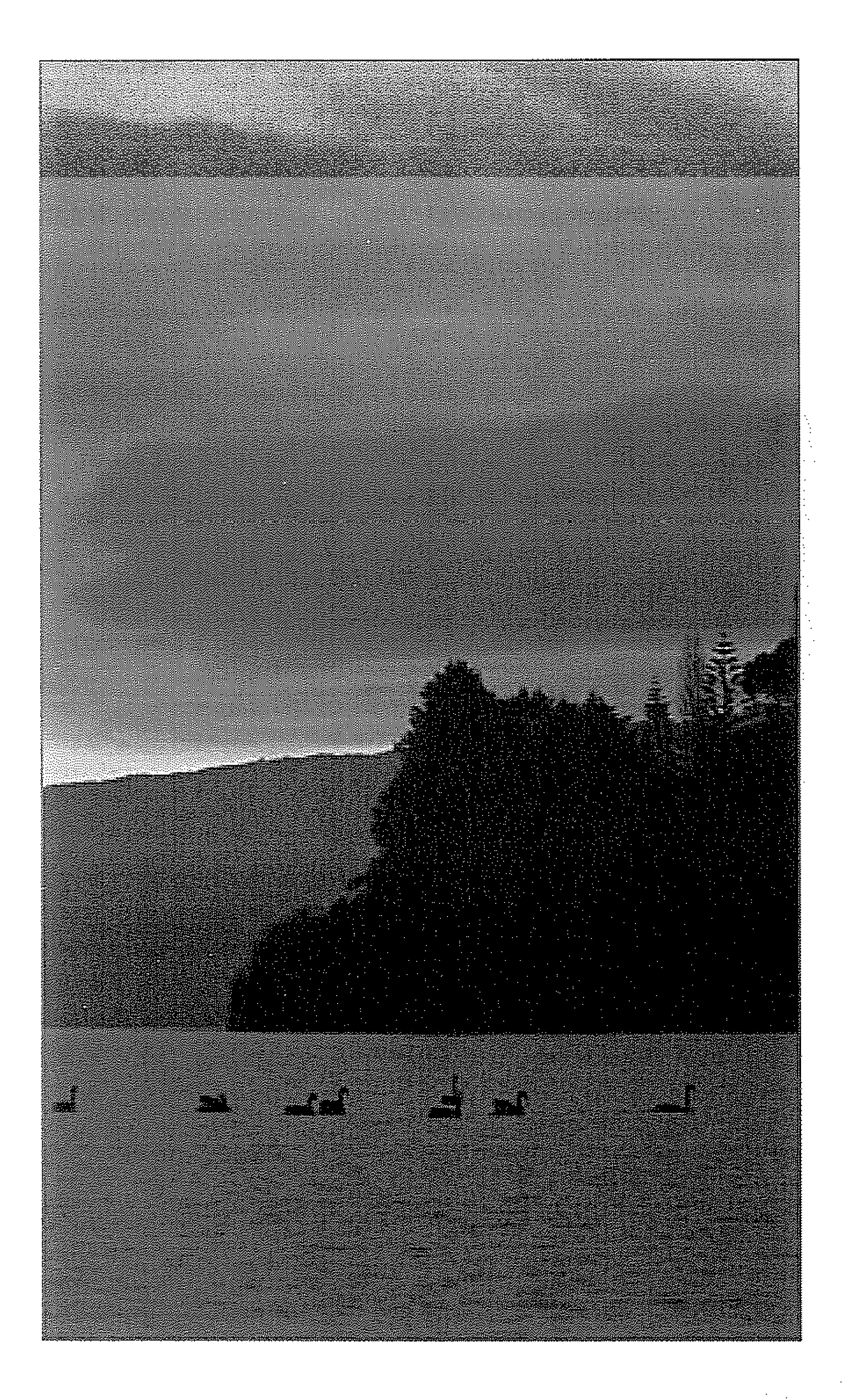
Significa responder de verdad, total y adecuadamente a cada reto.

Es imposible que responda usted adecuadamente si su vida está arraigada en el pasado, porque el reto es nuevo; si no, no es un reto.

La crisis es nueva, o no es crisis. Por eso, señor, responsabilidad significa compromiso total con el reto; responder adecuada y completamente a la crisis.

La palabra responsabilidad significa eso: responder.







Y no puedo responder completamente si tengo miedo, ni puedo responder completamente si voy buscando satisfacción.

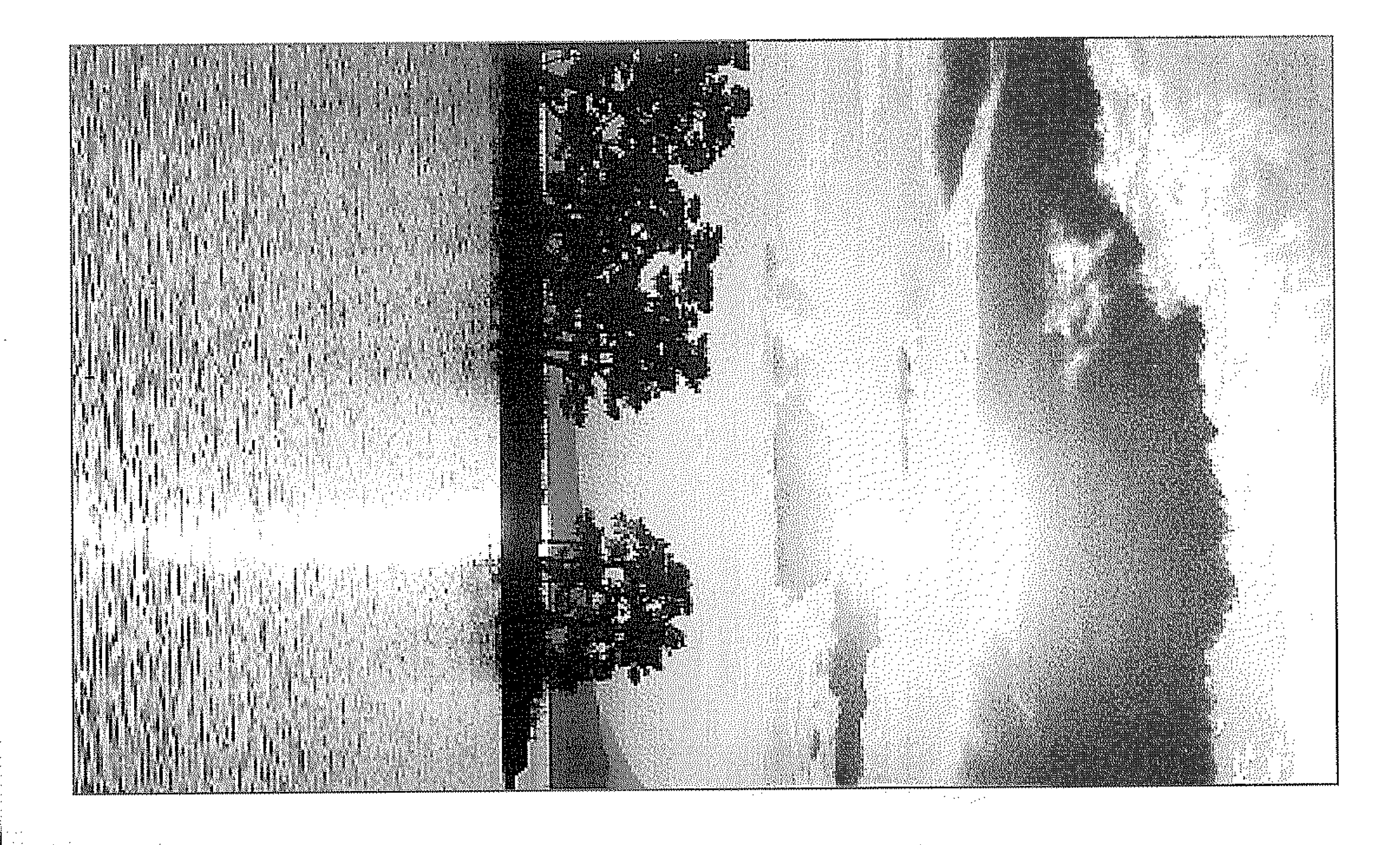
No puedo responder de forma total si mi acción es rutinaria, repetitiva, tradicional, si está condicionada.

Así pues, responder adecuadamente al reto significa que el "yo", que es el pasado, debe morir.

Estar libre de autoridad es morir totalmente al ayer, para que la mente sea siempre nueva, siempre joven e inocente, para que esté siempre llena de vigor y de pasión.

Sólo en ese estado observa uno y aprende.

Charlas y diálogos, Saanen.



La violencia no es sólo física, sino en mucha mayor medida psicológica: existe cuando me amoldo a un patrón o sistema, cuando permito que se me programe, ¿comprende?, cuando usted me impone lo que debo hacer, buscar la bondad en mi alma o en mi psique, o lo que fuere y se convierte usted en la autoridad.

Siempre que acepto la autoridad hay violencia.

Hablo de autoridad psicológica, por supuesto, ya que además existe la autoridad de la computadora, la autoridad de la ley, del policía que me obliga a conducir por la izquierda, o por la derecha.

Si uno conduce en Europa, debe hacerlo por su derecha, mientras que en Inglaterra o aquí... por la izquierda, ¿no? No. Hace tiempo que no conduzco, pero sí, camino carretera abajo por la izquierda y regreso por la derecha, así es.

Bien, iba diciendo que ese aspecto de la violencia existirá siempre que, como consecuencia de mi confusión, de mi desorden, establezca una autoridad. ¿Entiende?

Estoy confundido, preocupado y quiero certeza. Entonces aparece usted, el gurú, el sacerdote, el psicólogo, los otros, y se convierten en la autoridad; soy yo quien los ha creado a partir de mi confusión y mi desorden.

Me doy cuenta de que esa violencia existirá siempre mientras exista subjetivamente una autoridad. Puede que se convierta en autoridad la experiencia que he tenido, el recuerdo de esa experiencia ¿sigue con atención todo esto?, o que erija en autoridad a alguien que dice: "Yo sé, y le explicaré cuanto necesita saber".





Esto es lo que hacen los gurúes perversos, depravados, mientras se llenan de dinero los bolsillos. ¡Se encuentran entre las personas más ricas del mundo!

Los evangelistas, las iglesias y las gigantescas organizaciones dicen todos: "Tened fe, creed, aceptad", y yo estoy tan asustado, soy tan ingenuo que digo: "Sí, lo acepto", y sumido en mi desorden creo la autoridad.

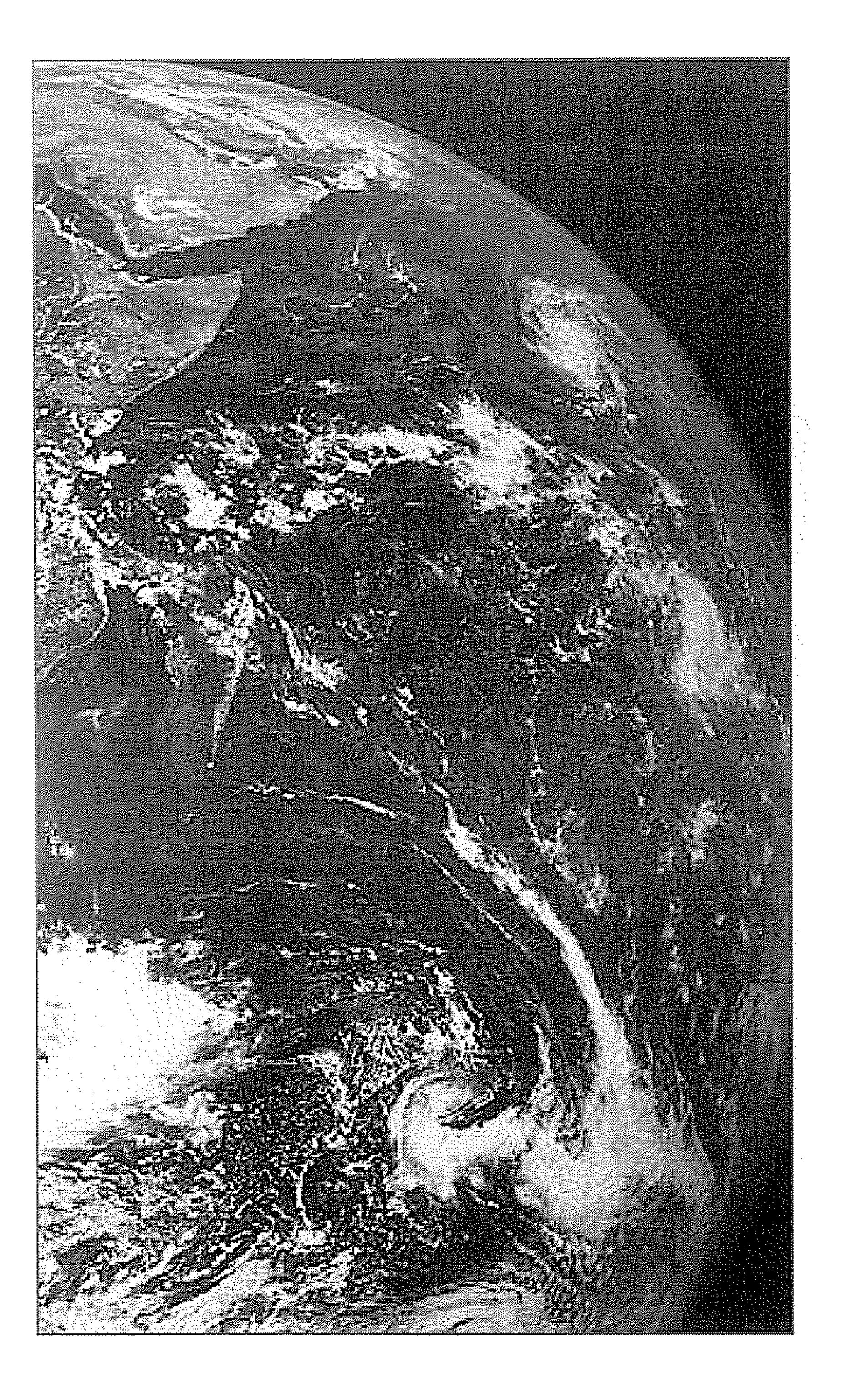
Cuando hay orden no hay autoridad, porque entonces me comporto correctamente de forma natural, no a imitación de un modelo.

Y viendo que una de las principales causas de conflicto, de desorden, es la aceptación de la autoridad psicológica, surge la pregunta: ¿puede uno vivir sin un solo ideal, sin una sola autoridad, de modo que en su vida haya un inmenso orden ahora?

Ahora, no mañana.

La cuestión no es aceptar o rechazar, sino indagar en uno mismo y eso no exige ninguna clase de autoridad.

Al contrario, exige que uno no siga a nadie, que uno sea su propia luz.



K: Es usted una persona de segunda mano, no finja que no lo es.

Es una persona de segunda mano descuidada y mezquina y quiere encontrar algo que sea original, como lo es Dios, como lo es la realidad, puesto que ningún sacerdote de este mundo puede manipularlo.

Pero para eso necesita usted una mente original, es decir, una mente libre; original no porque haya pintado un cuadro novedoso o hecho cualquier cosa nueva; eso son tonterías.

Necesita una mente libre que sea capaz de funcionar en el campo del conocimiento y una mente libre capaz de mirar, de observar, de aprender.

Pero veamos, ¿cómo se ayuda a otro?, ¿O acaso no hay posibilidad de ser libre?

Mire, nunca he pertenecido a nada, a ninguna iglesia ni creencia, a nada de eso.

Un ser humano que de verdad quiera averiguar si existe lo eterno, lo innombrable, algo que esté más allá del pensamiento, debe espontáneamente desechar todo lo que el pensamiento ha creado: los salvadores, los maestros, los gurúes, el conocimiento...

¿Hay alguien dispuesto a hacerlo?, ¿Emprenderá alguien ese viaje?, ¿O nos limitaremos a decir: "Cuéntemelo todo, amigo; deje que me ponga cómodo, y cuénteme."?

A: Sí, efectivamente. Eso es lo que ocurre.





K: Yo no voy a describir nada de todo ello, no voy a decir nada; expresarlo con palabras es destruirlo.

Por lo tanto, veamos si es cierto que no puede usted ser libre.

¿De qué tiene miedo?, ¿de la autoridad?, ¿tiene miedo de equivocarse?

Pero la forma en la que ahora vive es una total equivocación; es totalmente absurdo dar continuidad a esa vida; no tiene ningún sentido.

¿Comprende, señor?

Deseche la autoridad espiritual, sea cual fuere.

¿Qué le da miedo?; ¿equivocarse espiritualmente?

Ellos son quienes están equivocados, no usted, porque usted está simplemente aprendiendo; son ellos quienes se han alejado de la rectitud.

Así pues, ¿por qué les sigue?; ¿por qué los acepta?

Son unos degenerados. Y usted puede liberarse de todo ello, para que a través de la meditación (tema que quizá podamos explorar en otro momento) su mente averigüe lo que significa ser libre, lo que significa borrar todo lo que la gente le ha inculcado; y ser inocente.

La inocencia es la cualidad de una mente a la que nada, jamás, puede herir. Desde esa inocencia, investigue; emprendamos el viaje desde ese estado libre de todo cuanto ha elaborado el pensamiento.

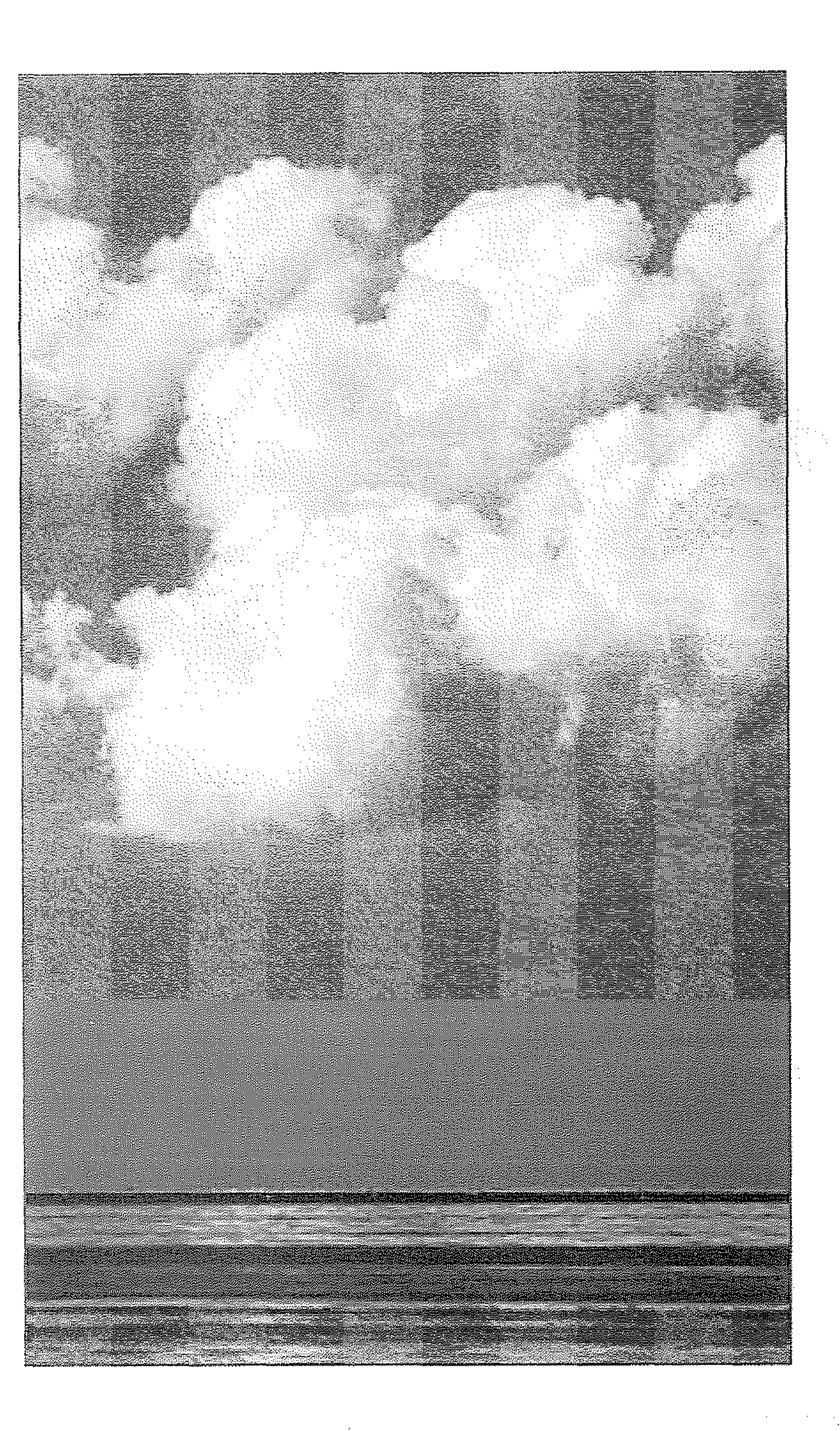
Porque el pensamiento es tiempo, el pensamiento es materia; y si vive usted en el ámbito del pensamiento, nunca habrá libertad.



A menos que uno empiece por explicar esto, insistir en ello, mostrarlo... ¡ya puede uno leer libros eternamente!

Esto es lo primero; después lea usted cuanto quiera.

La totalidad del mundo reside en usted; y si sabe usted mirar y aprender, entonces la puerta está abierta, y la llave está en su mano. Nadie en esta tierra puede darle ni esa llave ni la puerta que ha de abrir, salvo usted mismo.



De modo que tengo que indagar, uno tiene que indagar, qué es la libertad.

Porque habitualmente llamo libertad a trasladarme de un rincón a otro del campo, ¿comprende?, de ese campo que es mi conciencia.

El mundo entero es mi campo y yo me desplazo de un rincón de ese campo psicológico a otro rincón distinto y llamo libertad a eso; o elijo ir hacia el sur en vez de hacia el norte, y lo llamo libertad.

Llamo libertad a la elección: soy demócrata y elijo hacerme republicano; pero el fundamento es el mismo.

Somos tan tontos que ni siquiera lo vemos.

¿Es eso libertad?, ¿Genera libertad la elección?, ¿O acaso allá donde hay elección no hay libertad?, ¿Qué es la libertad, entonces?

Investíguelo usted, señor; es una pregunta implícita.

¿Qué es la libertad: desplazarse interminablemente de trampa en trampa, pasar de una clase de desdicha a otra clase de desdicha distinta?

Libertad obviamente significa estar libre por completo del contenido total de la conciencia.

El problema de un rincón es distinto del de otro, pero el campo es el mismo; nosotros separamos los problemas, pero el problema es uno, puesto que todos están interrelacionados.

Esto está claro: mi problema sexual, mi problema laboral, mi problema con Dios son todos un solo movimiento de búsqueda constante de una cosa u otra, de llegar a ser.





Por lo tanto, la libertad es el cese absoluto del llegar a ser algo.

K: ¿Qué importancia tiene la autoridad? La palabra autoridad, como usted sabe, significa aquel que origina.

A: El autor.

K: Exactamente. Y todos los sacerdotes, gurúes, líderes y predicadores espirituales ¿qué es lo que han originado? Lo que hacen es repetir la tradición, ¿no?

A: Claro, sin ninguna duda.

K: Pero la tradición, ya sea la tradición del zen, la china o la hindú, es algo muerto y eso es lo que esta gente perpetúa.

¿Qué hay detrás de la aceptación de la autoridad?, ¿Es miedo: miedo de errar espiritualmente, de no dar los pasos correctos para alcanzar la iluminación, el conocimiento, la superconciencia o lo que fuere?, ¿Es miedo, o acaso es un sentimiento de desesperación, un sentimiento de soledad, de absoluta ignorancia?

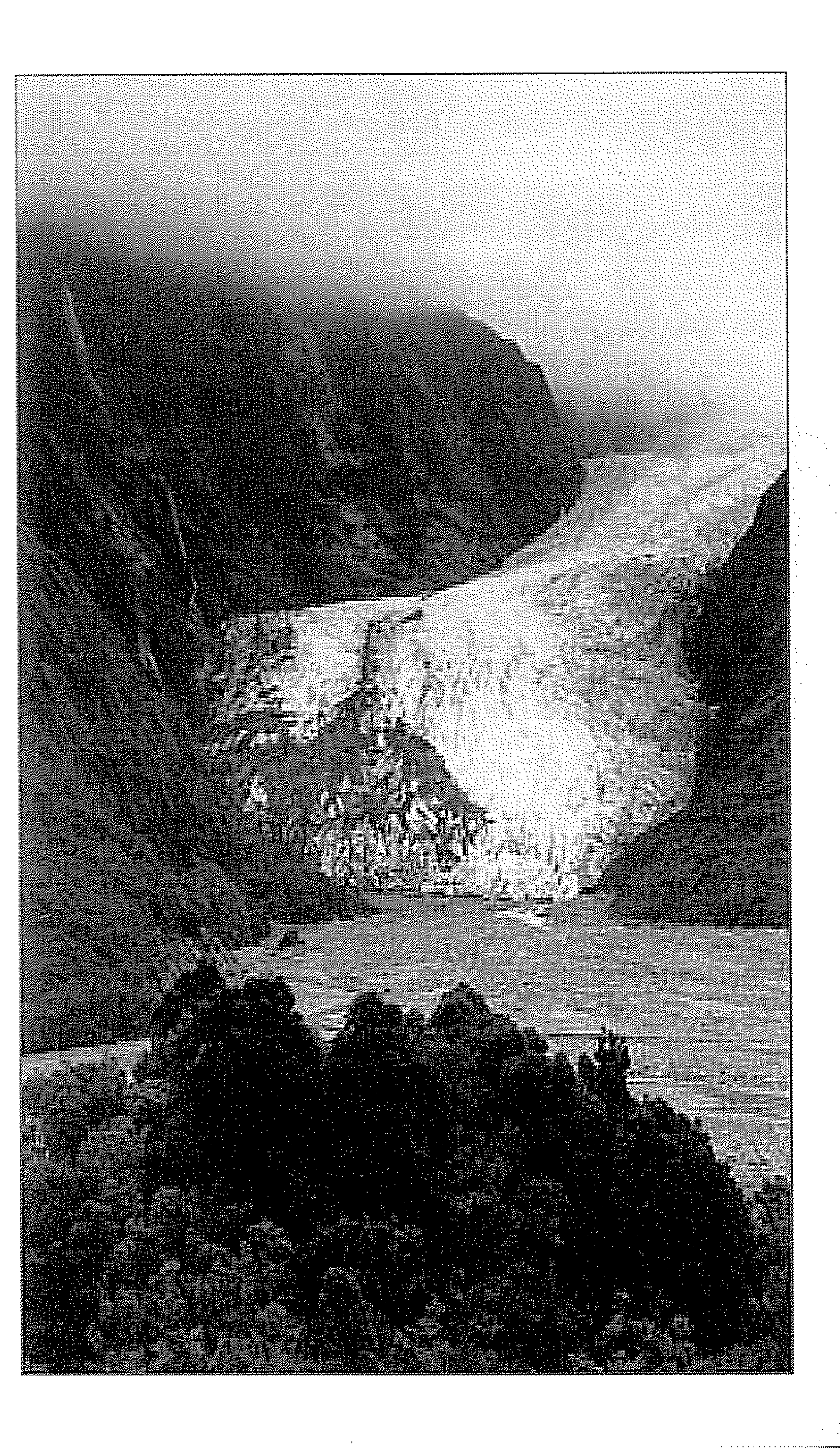
Empleo la palabra ignorancia en su sentido más profundo.

A: Sí, comprendo.

K: Ignorancia que me lleva a pensar: "Ese hombre dice que sabe, así que le aceptaré".

No razono, ¿entiende?, no pregunto: "¿Qué es lo que sabe usted?".







Aceptamos cuando hay ignorancia, cuando el razonamiento no interviene, cuando la inteligencia está en suspenso. Y uno necesita libertad, inteligencia, razonamiento al abordar cuestiones espirituales; si no, ¿qué? Aparece un gurú, le dice a uno lo que tiene que hacer, y uno repite lo que el gurú hace. ¿Comprende lo destructivo que es esto, señor?

A: Y entonces, ¿qué se puede hacer?

K: ¡Es tal la degeneración! Esto es lo que está ocurriendo y hace que surja una pregunta muy importante: ¿podemos educar?, ¿Puede haber una educación en la que no haya ninguna clase de autoridad?

Algunas obras del autor publicadas en castellano

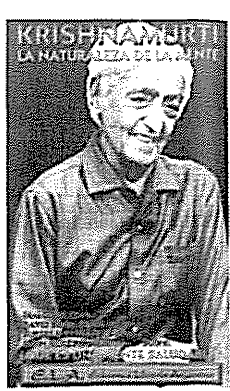
Antologia básica
Arte de vivir, el
Camino de la inteligencia, el
Cartas a las escuelas I
Cartas a las escuelas II
Comentarios sobre el vivir.1
Comentarios sobre el vivir.2
Comentarios sobre el vivir.3
Conciencia fragmentada, la
Conferencias en Washington
Conflicto, el
Conocimiento de uno mismo, el
Conversaciones con estudiantes
Crisis del hombre, la
Dentro de la mente
Despertar de la sensibilidad, el
Diálogos con krishnamurti
Diario II
Educación y el significado vida, la
Esa luz en uno mismo
Estado creativo de la mente, el
Fuego en la mente
Futuro de la humanidad, el (con DVD)
Futuro es hoy, el
Libertad interior, la
Libertad primera y ultima, la
Libertad total
Libro de la vida, el
Llama de la atención, la
Luz en uno mismo, la
Manera completamente distinta de vivir, una
Más allá de la violencia
Mas alla del tiempo

Mente que no mide, la
Persecucion del placer,la
Pregunta imposible, la
Principios del aprender
Raiz del conflicto, la
Reflexiones sobre el yo
Revolucion fundamental,la
Sobre Dios
Sobre el amor y la soledad
Sobre el aprendizaje y la sabiduria
Sobre el conflicto
Sobre el miedo
Sobre la etica y los medios de vida
Sobre la libertad
Sobre la mente y el pensamiento
Sobre la naturaleza y el medio
Sobre la verdad
Sobre la vida y la muerte
Sobre las relaciones
Solo la verdad trae libertad
Temor, placer y dolor
Tragedia del hombre y del mundo
Usted es el mundo
Vuelo del aguila, el



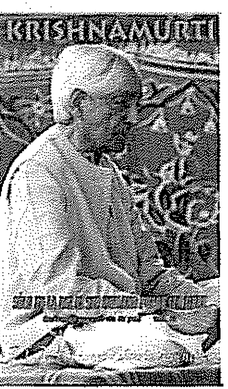


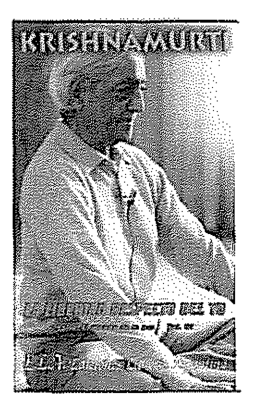


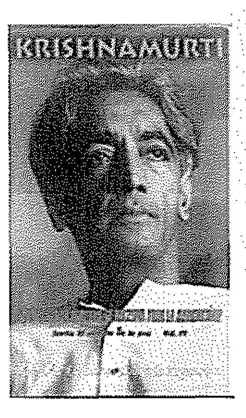


Serie "La Naturaleza de la mente"

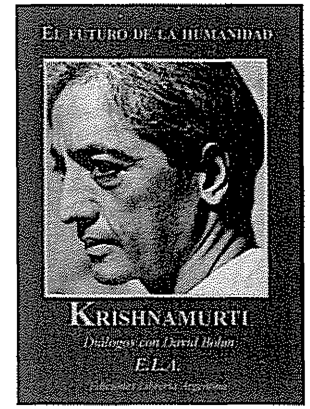


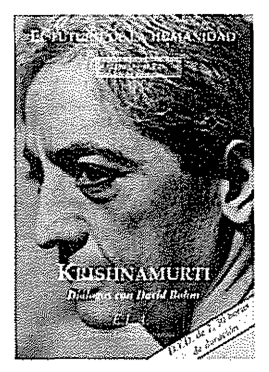






Serie "El mundo de la paz"





"El futuro de la humanidad"

Con esta nueva serie: *"El ser humano y su naturaleza"*, usted tendrá la primicia de disfrutar de una recopilación de textos inéditos de Krishnamurti en libro y D.V.D., obtenidos a partir de sus conferencias y de las entrevistas mantenidas con diferentes personas, en distintas partes del mundo y que nunca antes han sido publicados en español.

Muchos de los lugares donde Krishnamurti daba sus conferencias y mantenía diálogos de preguntas y respuestas con el público, eran espacios abiertos en los que la naturaleza acompañaba con todo su esplendor y se integraba como una parte más del escenario. Por este motivo se han incluido en este libro junto a los textos de Krishnamurti, fotos a color de la naturaleza, que los acompañan como bellos recursos naturales, para recrear un entorno semejante al mismo donde tuvieron lugar las conferencias.

La versatilidad de estos textos y la sencillez con la que son abordados, hacen de esta obra, una excelente introducción para todos aquellos que por primera vez se acerquen a las Enseñanzas de Krishnamurti. Para los que ya conocen la forma como Krishnamurti nos reta para que se produzca un cambio en cada uno de nosotros y seamos internamente libres, esta obra les aportará una serie de reflexiones profundas que apreciarán y disfrutarán en grado sumo con esta espléndida presentación.

LIBRERÍA ARGENTINA

ISBN 978-84-85895-20-5

